



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

SAZAN DOLMASI

1 kg 'lık sazan veya yeşil sazan balığı
2 çorba kaşığı margarin
50 gr füme pançeta
1 baş soğan
1 diş sarımsak
1 kahve fincanı kıyılmış maydanoz
2 çorba kaşığı kurutulmuş ekmek tozu
sütte ıslatılmış bir dilim bayat ekmek
1 yumurta
1-1,5 çorba kaşığı zeytinyağı
yeteri kadar tuz ve karabiber

Balığın yüzgeçleri ve kanatçıkları çıkarılır. Solungaçları da çıkarıldıktan sonra karnı hafifçe yarılarak içi boşaltılır. İçi, dışı bol suda iyice ve uzun süre yıkanır. İçi, dışı hafifçe tuzlanır ve balık süzgece alınır. Diğer tarafta füme pançeta tavla zarı büyüklüğünde doğranır. Sütte ıslatılmış ekmek dilimi sıkılarak ufalanır. Sarımsak ince ince doğranır. Yayvan ve büyük bir kâsenin içine yumurta kırılır. Bunun içine doğranmış pançeta, kıyılmış maydanoz, sarımsak ve ufalanmış ekmek içi katılır ve bir kaşıkla karıştırılarak birbirlerine iyice yedirildikten sonra tuz ve karabiber eklenir. Sivri ve keskin bir bıçakla balığın iki yanı hafifçe çizilir. Balığın içine hazırlanmış harç doldurulur ve elle bastırarak karnı kapatılır. Ateşe dayanıklı bir kayık tabak zeytinyağına bulanır, balık, tabağın ortasına oturtulur. Gerekliyorsa biraz daha tuz eklenir. Kurutulmuş ekmek tozundan da serpidikten sonra balığın üstüne fındık büyüklüğünde margarin parçaları konur. Kap önce kuvvetli bir ateşin üstüne oturtulur ve dikkatle çevrilerek balığın iki yanı da nar gibi kızartılır. Sonra kap orta ısı fırına sürülür. Balık pişince yanına tereyağında sote edilmiş bezelye koyarak sofraya çıkarılır ve servis yapılır.