



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOSLU DİL BALIĞI FİLETOSU FRİT

1 orta boy soğan
1 baş maydanoz
1 adet limon
2 adet defne yaprağı
16 parça küçük dil filetosu
1/2 tatlı kaşığı tuz
Kızartmak için:
5 su bardağı rafine yağı (1 litre)
Sosu için:
1 su bardağı nişasta
1 su bardağı un
2 su bardağı maden suyu
4 adet yumurta sarısı

- 1) Soğanı temizleyip piyaz doğrayınız. Maydanozu temizleyip 3'er santim kalınlığında doğrayıp, limonu ortadan yarıp piyaz biçimi dilimleyiniz. Bir kapta defneyi de ilâve edip hepsini iyice karıştırınız.
- 2) Küçük bir tepsinin içine bir miktarını serpip, üzerine balıkları diziniz ve tekrar serpip bir kat daha dizdikten sonra üzerine yine serpiniz. 15 dakika bekletiniz
- 3) Sosu için sos malzemesinin hepsini birlikte bir kapta çırpmadan karıştırınız.
- 4) 15 dakika sonra sonra balıkları bir bir tepsiye çıkarıp tuzlayınız ve teker teker sosun içine batırınız.
- 5) Yağda kızartıp, hemen servis yapınız.