



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TİROL SOSLU SAZAN BALIĞI

Kullanılacak malzeme (4 kişilik):

1.5 kiloluk bir sazan balığı,
100 gram margarin yağı,
1 limon,
1 baş soğan,
1 demet maydanoz,
1 defne yaprağı,
1 bardak sirke,
yeteri kadar tuz ve karabiber,
1 kaşık hardal,
1 çorba kaşığı ketçap,
1 kaşık un,
1 kahve fincanı et suyu.

Yapımı:

Sazanın pullarını iyice kazıyıp yüzgeçlerini kesip attıktan sonra içlerini temizlemeli ve içlerini, dışlarını bol akarsu. da iyice yıkayıp bir kenarda süzölmeye bırakmalı. Sazanın suyu süzölmönce bunu derince bir kayık tabağa oturtmalı. Sirkeyi bir kapta kaynattıktan sonra balığın üstüne gezdirerek dökmeli. Bir balık tenceresine temizlenmiş ve yıkanmış bir demet maydanozla defne yaprağını ve iri parçalara doğranmış soğanı koymalı. Kaba yeteri kadar da soğuk su koyduktan sonra tencereyi orta ısılı bir ateşe oturtmalı. Su ısınınca yeteri kadar da tuz koyup kaynamaya bırakmalı. Su kaynayınca balığı bunun içine oturtmalı. Marinat sirkesini de üstüne dökmeli. Balığı 20 dakika, hafif ateşte kaynayacak suda haşlamak. Sonra iki servis küreğinin yardımıyla sazanı tencereden çıkarıp balık servis tabağına yerleştirmeli. 75 gram margarin yağını küçük parçalara bölüp balığın üstüne serpiştirmeli. Bu işler yapılırken bir başka kapta 25 gram margarin yağını eritmeli. Bunu çabuk çabuk karıştırırken bir kaşık unu azar azar katıp yedirmeli. Bir dakika kadar karıştırarak kavurduktan sonra bir kahve fincanı kaynar et suyunu sicim gibi ince akıtarak bu yağlı una yedirmeli. Karışımı karıştırırken tuzlayıp biberiemeli ve hardalı katıp birkaç defa daha karıştırmak sonra bu koyu salçayı ateşten İndirmeli. Ketçabı içine boşaltmak bir_iki defa daha karıştırıp bunu salçaya yedirdikten sonra bu karışımı salça kâsesine boşaltmalı ve sıcak sıcak balıkla birlikte sofraya götürüp servis yapmalı.