



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

USKUMRU DOLMASI

Uskumru 6 büyük boy 1200 gram
Soğan 2 büyük boy 200 gram
Zeytinyağı 4 yemek kaşığı 40 gram
Çamfıstığı 1 yemek kaşığı 10 gram
Maydanoz 1/2 demet 30 gram
Dereotu 1/2 demet 30 gram
Ceviz (dövülmemiş) 1/4 su bardağı 25 gram
Kuşüzümü 1 yemek kaşığı 10 gram
Tarçın 1/2 tatlı kaşığı 1 gram
Yenibahar 1/2 tatlı kaşığı 1 gram
Kara Biber 1/4 tatlı kaşığı 0.5 gram
Tuz 2 tatlı kaşığı 12 gram
Un 4 yemek kaşığı 25 gram
Yumurta 2 adet 100 gram
Mısır unu 7 yemek kaşığı 40 gram

Uskumrunun solungaçlarından çekerek iç organlarını çıkar, yıka. Kuyruğundan başa doğru elle bastırarak eni gevşet. Kuyruğun 1 santimetre üstünden kalın kılıcı sağa sola oynatarak kır, diğer ucunu da başın hemen altından kır, baş kısmından tutarak çek, çıkar. Kuyruğundan yukarı doğru sıvazlayarak derisini yırtmadan etini baş tarafından çıkar, ince kıy. Soğanı soy, yıka, ince ince doğra, yağ ve çamfıstığı ile birlikte bir tencereye koy, kapağı kapat, kısık ateşte ara sıra karıştırarak 10 dakika öldür. Maydanoz ve dereotunu yıka, ayıkla, ince ince doğra, cevizi döv. Balık eti, maydanoz, dereotu, ceviz, kuşüzümü, baharat ve tuzu koy, karıştır, kısık ateşte 10 dakika pişir, içi boşalmış balığı bu karışımla doldur. Önce una, sonra çırpılmış yumurtaya, daha sonra mısır ununa bula, kızdırılmış derin yağda kızart.

[ML® Uskumru Çorbası için tıklayın](#)

[ML® Uskumru Çorbası \(görsel\)](#)