



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ACI BİBER SOSLU BALIK

www.asyagurme.com

- 1 kg. Beyaz etli balık, Temizlenmiş, ayıklanmış
- 50 Gram Dondurulmuş Bezelye
- 2 Adet Yeşil Soğan, İnce dilimlenmiş
- 100 Mililitre Tavuk Suyu veya Su
- 1 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı
- 1 Tatlı Kaşığı Susam Yağı
- 1 Çay Kaşığı Pirinç Sirkesi
- Marine için:
 - 1 Tatlı Kaşığı Ayçiçek Yağı
 - 1 Yemek Kaşığı Patates Nişastası
 - 1 Tutam Tuz-Karabiber
- Sosu için:
 - 1 Diş Sarımsak, İnce kıyılmış
 - 1 Yemek Kaşığı Taze Zencefil Rendesi
 - 2 Yemek Kaşığı Ketçap
 - 1 Yemek Kaşığı Acı Biber Ezmesi
 - 1 Yemek Kaşığı Su
 - 1 Tatlı Kaşığı Bal
 - 1 Tutam Tuz-Karabiber
 - ½ Yemek Kaşığı Patates Nişastası
 - 1 Yemek Kaşığı Su

Ayıklanmış ve temizlenmiş kuşbaşı balık etlerini 1 yemek kaşığı nişasta ve 1 tutam tuz ile iyice ovalayın. Ardından bir süzgeç yardımıyla sudan geçirip, kağıt havlu ile hafifçe kurulayın ve bir kaseye yerleştirin. Balıkları marine etmek için üzerine ayçiçek yağı, patates nişastası ve tuz-karabiber ilave edip, güzelce harmanlayın, bir kenarda bekletin.

Sosu hazırlamak için bir kasede ince kıyılmış sarımsak, rendelenmiş zencefil, ketçap, acı biber ezmesi, bal, su, tuz ve taze çekilmiş karabiberi çırpılarak karıştırın. Bir diğer kasede ise, 1/2 yemek kaşığı patates nişastası ile 1 yemek kaşığı kadar suyu çırpılarak karıştırın. Hazırladığınız karışımları bir kenarda bekletin.

1 yemek kaşığı ayçiçek yağınını wok tavada orta dereceli ateşte ısıtın. Ardından marine edilmiş balıkları ilave edin ve yaklaşık 3-4 dakika kızarttıktan sonra bir tabağa aktarın.

Hazırladığınız sos karışımını karidesleri pişirdiğiniz wok tavaya dökün ve kaynamaya bırakın. Kaynadıktan sonra tavuk suyunu ilave edin ve hafifçe karıştırıp, sosu tekrar kaynamaya bırakın. Ardından bezelyeleri ve önceden pişirdiğiniz karidesleri wok tavaya ilave edin. Tüm malzemeleri yaklaşık 2-3 dakika pişirdikten sonra ince dilimlenmiş yeşil soğanları ilave edin.

Sulandırılmış patates nişastasını azar azar dökerek, wok tavaya ilave edin ve sosun kıvamı koyulaşana dek karıştırmayı sürdürün. Son olarak susam yağı ve pirinç sirkesini de ilave edip, tüm malzemeleri son bir kez karıştırdıktan sonra yemeği ocaktan alın. Yanında buharda pişmiş sade pilav ile sıcakken servis edin.



© lezzetler.com tarif no:124295 • adı:Acı Biber Soslu Balık • gönderen:necmi usta • indirme tarihi:19.09.2024 - 18:12