



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AKDENİZ BALIK YAHNİSİ

Malzemesi:

1,5 kilo beyaz etli balık (kırlangıç, lagos, lipsoz, çipura, levrek vs.)

Haşlama Malzemesi:

1 adet soğan
2 adet pırasanın yeşil kısımları
1 adet havuç
2 yemek kaşığı sirke
1 adet kereviz sapı
2 adet defne yaprağı
1/2 adet limon kabuğu
5-6 sap maydanoz
5-6 sap rezene veya arapsaçı
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz

Sarımsaklı Sos (Aioli) Malzemesi:

2 adet yumurta sarısı
2 diş ezilmiş sarımsak
1,5 su bardağı zeytinyağı
1 adet limon
1 tatlı kaşığı karabiber

Yahni Malzemesi:

2 adet pırasanın beyaz kısmı
2 adet yumurta sarısı
2 yemek kaşığı kıyılmış maydanoz
6 adet tost ekmeği
2 yemek kaşığı zeytinyağı

Balık Suyu Elde Etme:

Balıklardan fileto etler çıkartıp kenara koyunuz. Balıklardan çıkan kafa, kılçık ve kuyrukları tencereye koyunuz. Üstüne listede verilen haşlama malzemelerini ekleyiniz. Üstünü örtecek kadar su doldurup orta ateşte 50-60 dakika kaynatınız. Karışımın suyunu tel süzgeçten geçirerek bir başka tencereye aktarınız. Yine orta ateşte beş dakika kaynatınız.

Sarımsaklı Sos Hazırlama:

Sarımsağı yumurta sarıları ve az tuz ile çukur bir cam kap içinde çırpınız. Çırpmayı sürdürerek karışım koyulaşmaya kadar zeytinyağını damla damla yediriniz. Azar azar limon suyunu ve karabiberi ekleyiniz.

Yahni Hazırlama:

Yayvan bir tencereye zeytinyağını koyup orta ateşte kızdırınız. Boylamasına ikiye kesilip 4-5 mm kalınlığında doğranmış pırasa beyazlarını koyup kavurunuz. Pırasaların üzerine fileto balıkları yerleştiriniz. Üstünü örtecek kadar balık suyu koyunuz. 10-15 dakika haşlayınız.

Servis:

Tost ekmeğini ekme kızartıcısında kızartıp kayık servis tabağına koyunuz. Üzerine sulu, pırasalı balıkları döşeyiniz. Sarımsaklı sosun yarısını ısıya dayanıklı çukur bir kaba koyunuz. Kabı, orta ateşte, içinde sıcak su bulunan bir başka kaba oturtunuz. Yumurta sarılarını sosa katınız. Devamlı karıştırarak kaynatmadan krema kıvamına getiriniz ve balıkların üzerinde gezdiriniz. Balıkların üzerine kıyılmış maydanoz serpiniz. Servis tabağının kenarına sarımsaklı sosu koyup servis yapınız.