



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AKDENİZ SİNARİTİ

Kullanılacak malzeme (4 kişi için):

1+1/2 kiloluk bir Akdeniz Sinariti,
1 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz,
4 çorba kaşığı zeytinyağı,
1 çorba kaşığı üzüm sirkesi,
1 yumurtanın sarısı,
2 çorba kaşığı tarhun otu,
dilim dilim doğranmış bir limon,
1/2 çorba kaşığı toz şekeri,
yeteri kadar tuz ve karabiber.

Yapımı: Balığın pullarını kazıyıp temizlemeli, yüzgeçlerini kesip atmalı, solungaçlarını ve içini çıkarmalı ve bol akarsuda iyice yıkamalı.

Sirkeyle zeytinyağını çırparak iyice karıştırmalı. Buna biberle tuzu da kattıktan sonra bir süre daha çırpmalı sonra bu karışımı balığın içine, dışına iyice ve bolca sürmeli. Yağa bulanmış bir tepsiye balığı oturtmalı ve tepsiyi orta ısıdaki bir fırına sürmeli.

Fırında yirmi dakika kalacak balığı fırından çıkarınca derisini çıkarmalı ve kızgın fırına koyup burada onbeş dakika kadar tutmalı.

Balık pişince sıcak yerde tutulan servis tabağına yerleştirmeli. Üzerine maydanozu serpip limon dilimleriyle çevresini süslemeli.

Balığın pişirilmesinden bir saat kadar önce yumurtanın sarısını iyice çırpmalı. Buna tuz ve karabiberi serpmeli. Şekerle tarhun otunu da kattıktan sonra beş da-, kika daha çırpmalı ve bunu bir salça kâsesine koyup buz dolabında bekletmeli. Balığı servis tabağına koyup çevresini süsledikten sonra salça kâsesiyle birlikte servis yapmalı.