AKDENİZ USULÜ BALIK

750 gr - 1 kg mezgit yada ona benzer beyaz etli bir balıktan fileto (ayıklanmış)
30 gr (2 çorba kaşığı) tereyağı
1 orta boy soğan (ince kıyılmış)
125 gr mantar (temizlenmiş ve ince dilimlenmiş)
4 domates (soyulmuş ve doğranmış)
1 çay kaşığı tuz
1 kahve kaşığı karabiber
1/2 su bardağı sirke
1/2 su bardağı balık suyu
2 yumurtanın sarısı
125 gr (1/2 su bardağı) acı krema
1 çorba kaşığı limon suyu
1 limon (boyuna dilimlenmiş)
2 çorba kaşığı taze maydanoz (kıyılmış)

Büyük bir tavada tereyağını eritip, köpüğü kaybolunca soğanı katınız. 5 - 7 dakika, soğan pembeleşinceye kadar kızarttıktan sonra mantarları, domatesleri, tuzu ve biberi ekleyiniz.
Balık filetolarını, tavaya, sebzelerin üstüne yayıp, sirkeyi ve balık suyunu dökünüz; tavayı harlı ateşe oturtunuz; kaynar kaynamaz hemen ateşi kısıp, tavanın ağzını kapatınız ve 10 dakika, balıklara çatalla dokunulduğunda kolayca bastırılana kadar kaynatınız.
Balıkları ısıtılmış bir servis tabağına dikkatlice aktarıp, sos hazırlanana kadar sıcak kalmasını sağlamak için üstünü alüminyum kâğıtla örtünüz.
Tavayı, içindeki sebzelerle birlikte ateşe koyup, sebzelerin suyu yarıya inene kadar kaynatınız.
Küçük bir kâsede yumurta sarıları ile kremayı, tavadan alacağınız 1-2 kaşık sebze suyu ile karıştırıp limon suyunu da ekleyerek, tavaya boşaltınız ve sosu 3-4 dakika, koyulaşıp pürtüksüz bir hale gelene kadar (kaynamamasına da dikkat ediniz), pişiriniz.
Sosu balıkların üstüne döküp, limon dilimleri ve maydanoz ile süsleyerek hemen servis ediniz.

© lezzetler.com tarif no:59480 • adı:Akdeniz Usulü Balık • gönderen:bitmeyen şarkı • indirme tarihi:28.04.2024 - 12:04