



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ASMA YAPRAĞINDA SARDALYA

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

1,5 kg sardalya, yaklaşık 72 adet içi temizlenmiş, kılçığı alınmış, kafası üzerinde

1 ½ tatlı kaşığı tuz

72 adet taze asma yaprağı, ayıklanmış ve damarları alınmış

45 g tereyağı veya sadeyağ

3 adet limon, kabuksuz ve çekirdeksiz, küçük dilimlenmiş

3 adet orta boy domates, kabuksuz ve çekirdeksiz, ince dilimlenmiş

Ayıklanmış sardalyaları tuzlayın.

Taze asma yapraklarını teker teker düz bir zemine açın. ½ çay kaşığı yağı, limon ve domates dilimlerini yaprakların orta kısmına gelecek şekilde koyun.

Tuzlanmış sardalyaları asma yapraklarının üzerine 1'er adet gelecek şekilde yerleştirin.

Kömür ızgarasında harlı ateşi hazırlayın. Asma yaprağında balıkları pişirerek kişi başı 12 adet olacak şekilde servis edin.

Not: Taze asma yaprağı bulunmadığı zaman salamura yaprak kullanılabilir. Bu yemek için Temmuz ve Ağustos aylarında tutulan Çanakkale sardalyasını tercih ederseniz çok daha lezzetli olur. Çanakkale- Gelibolu yöresinin alameti farikası sardalye Ağustos sonlarından itibaren taze asma yaprağıyla buluşur ve sofralara şenlik getirir. Hafif ekşi taze asma yaprağı içine sarılı yağlı sardalyeler ızgarada kendi buğusunda yumuşacık pişer.

