



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BADEMLİ BALIK KEBABI

1 Kg Balık  
3 çorba kasığı Un  
60 gr margarin  
1 tatlı kasığı Tuz  
1/2 tatlı kasığı Karabiber  
150 gr Soğan  
250 gr Domates  
50 gr Badem  
400 gr Patates  
1/2 demet Maydanoz  
2-3 bardak Su  
1 küçük yaprak Defne

Ön hazırlık olarak balığı temizleyin. Bunun için keskin bir bıçakla karnini yarin. İç organlarını çıkarıp, atın. Gâsemalarını da çıkarıp, atın. Varsa pullarını kazıyın. Eger büyük balık kullanıyorsanız, fileto çıkarıp, kusbasi büyüklüğünde parçalar halinde doğrayın. Küçük balıkları bütün olarak bırakın.

Soğanı ayıklayıp, küçük küpler halinde doğrayın. Domatesleri, kabuklarını soyup çekirdeklerini temizledikten sonra, iri zar biçimi doğrayın. Bademi küçük bir kaba koyun. Üzerini örtecek kadar su ilave edin. Orta ateste birkaç dakika kaynatın. Kabi atesten alıp, suyu süzün. Bademlerin üzerinden soğuk su geçirin. Kabuklarını soyup, atın. Badem içlerini bir kenarda saklayın.

Patatesi soyup, iri zar biçimi doğrayın. Maydanozu, yıkayıp iyice kuruladıktan sonra, ince kiyin.

Unla tuzu karıştırın. Balıkları bu karışıma bulayın. Fazla unlarını silkeleyip, atın. Yağın yarısını orta boy bir tencerede, orta ateste eritin. Yağ kızmaya başlayınca unlanmış balıkları koyup. 5-6 dakika, birkaç kere alt üst ederek kızartın. Kızarmış balıkları bir kaba aktarın. Tenceredeki yağı dökün.

Aynı tencerede, kalan yağı orta ateste eritin. Yağ kızınca soğan ve ayıklanmış badem içlerini koyup, bir kasıkla sık sık karıştırarak, birkaç dakika, bademler sararip soğanlar pembeleşmeye başlayınca kadar pisirin. Kaba domatesleri ilave edin. Yine ara sıra karıştırarak, birkaç dakika daha pisirin.

Balığı ve patatesi tencereye koyun. Biberini serpin. Maydanozu serpistirin.

Balıkların üzerini örtecek kadar su ilave edin. Defneyi koyun. Atesi kısın.

Tencerenin kapagını sıkıca örtün. Bademli balık kebabını, kullandığınız balığın cinsine bağlı olarak, 10 ila 15 dakika arasında, balık pisinceye kadar ateste tutun. Gerekirse, pişirme süresini uzatın.