



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BADEMLİ DİL BALIĞI KIZARTMASI

Fevziye Sürmeli

200 gr. dil balığı fileto
1 kahve fincanı file badem
Yatırım portakal suyu
1 dilim limon
Tuz
Karabiber
1 paket krema
1,5 yemek kaşığı tereyağı
Kızartmak için çiçek yağı

Fileto dil balığını çiçek yağında kızartın. Ayrı bir tavada tereyağı ile bademleri pembeleştirin. Portakal suyunu, dilim limonu, krema, tuz ve karabiberi ekleyin. Sadece 1 dk. kayntın. Sosu dil balığının üzerine döküp, 4 5 dk. kısık ateşte pişirin.

