



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK ÇORBASI (ÇANAKKALE)

anakkale Valiliđi

Balık orbası her türlü balıktan olduğu gibi özellikle arpan Balığı ve lapin balığından yapılırsa daha lezzetli olur. Kılıksız etli balıklar tercih edilmelidir.

Bir kilo balık güzelce temizlerin (içi alınır, varsa pulları. arpandan yapılıyorsa alt ve st zehirli dikenleri boydan boya kesilerek çıkarılır) orba yapılacak sudan biraz fazla su konulur. Bu suyun içine dörde bölünmüş bir baş kuru soğan, yarım demet maydanoz, suyu koyulaştırmak için un kullanmayacaksınız bir iki patates, tuz, tercihe göre bir iki diş sarımsak koyulur. Malzeme iyice pişinceye kadar kaynatılır. Temiz bir kaba suyu süzülür. İçindeki malzeme ezilerek suyun içine atılır. Diđer posa vb. malzemeler atılır. Balıkların kılıçıkları ayıklanır, eti didilerek suyun içine atılır. Bařtan patates konmadı ise biraz patates, havuç rendelenir biraz da un konularak yağda hafifçe kavrulur.bunlarda orbamızın içine konularak yeteri kadar kaynatılıp servis yapılır. Damak tadına göre baharat eklenebilir.