



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK ÇORBASI

750 gr taze balık (kılçıkları ayıklanmış)
6 orta boy patates (kabukları soyularak dilimlenmiş)
1 defne yaprağı
1 soğan (ince kıyılmış)
1 küçük kereviz (soyulup küçük doğranmış)
2 diş sarımsak (biri bütün, biri dövölmüş)
1 tatlı kaşığı tuz
1 ay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı maydanoz (kıyılmış)
1 tatlı kaşığı rendelenmiş portakal kabuğı
Yarım bardaktan biraz fazla zeytinyağı
250 gr alioli sos
4 dilim tost ekmeğı (kızarmış)

Balığı keskin bir bıçakla küçük yemek lokmaları büyüklüğünde parçalara bölüp, büyükçe bir tencerenin dibine yerleştiriniz. Üstünü patateslerle örtünüz. Defne yaprağı, soğanı, kerevizi ve dövölmüş sarmısağı ekleyiniz. Tuz, biber, maydanoz ve portakal kabuğı rendesini patateslerin üstüne serpiniz. Zeytinyağını da döküp, malzemenin üstünü örtecek kadar kaynar su ekleyiniz. 20 dakika, patatesler yumuşayana kadar, hızlı hızlı kaynatınız.

Çorbayı süzerek başka bir tencereye alınız; balık ve patatesleri önceden ısıtılmış bir servis tabağına aktarınız. Bir diş sarımsak ile iyice ovulmuş tost ekmeklerini, çorba kâselerine yerleştiriniz. Tencereyi ateşten alıp, alioli sosu devamlı karıştırarak yavaş yavaş ekledikten sonra, çorba kâselerine dökünüz. Patates ve balıkları, servis tabağıyla çorbadan ayrı olarak servis ediniz.

Not: Güney Fransa'nın geleneksel çorbasıdır.