



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK ÇORBASI

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

250 g beyaz etli balık, yıkanmış
1 litre su
1 ½ tatlı kaşığı tuz
1 adet orta boy soğan, ince kıyılmış
30 g tereyağı veya sadeyağ
1 adet defne yaprağı
2 adet küçük boy havuç, küp küp doğranmış
1 adet orta boy patates, küp küp doğranmış
1 demet maydanoz, ince kıyılmış
1 adet limonun suyu ve kabuğunun rendesi

Balığı 600 ml su ve tuzla birlikte tencereye koyun. 10 dakika pişirin.

Sudan alın ve kılçıklarını ayıklayın. 1 santim kalınlıkta doğrayın. Kenarda bekletin.

Soğanı ayrı bir tencereye koyun. Yağı ekleyin ve kapağını kapatıp kısık ateşte ara sıra karıştırarak 4-5 dakika pişirin.

İçine balığın pişme suyunu ve kalan 400 ml suyu ekleyin. Defne yaprağını içine atın. Kaynamaya bırakın.

Havuç ve patates ekleyerek 20 dakika daha pişirin.

Defne yaprağını çıkarıp atın.

Maydanozu, limon kabuğu rendesi ve suyuyla birlikte soğan karışımına ekleyin, iyice karıştırın.

Daha sonra balıkları sebze karışımına ilave ederek hafifçe bir iki kez daha karıştırdıktan sonra 3-4 dakika pişirin. Sıcak servis edin.

Not: Balık çorbası genellikle lokantalarda balığın eti fileto çıkarıldıktan sonra etinden geriye kalan kafa, kılçık, kuyruk gibi kısımların haşlanması suretiyle elde edilen balık suyundan hazırlanır. Böylece zıyanın önüne geçilir. Balık suyuna bir miktar da balık eti parçaları eklenir. Balık çorbasını evlerde de bu teknikle yapmak mümkün olduğu gibi, avlama sezonunda balık bollaşınca bolca alınan balıktan bir tanesi çorba için ayrılarak da bu çorba yapılır.

