



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BALIK ÇORBASI

500 gram taze balık filetosu (levrek, upra, kalkan gibi)

1 adet soğan

2 diş sarımsak

2 adet havuç

1 adet patates

1 adet kereviz sapı

1 adet limon suyu

4 su bardağı balık suyu veya sebze suyu

2 yemek kaşığı zeytinyağı

1 tatlı kaşığı tuz

Yarım tatlı kaşığı karabiber

1 ay kaşığı kekik

1 ay kaşığı pul biber (isteğe bağlı)

1 avuç taze maydanoz veya dereotu (süsleme için)

Soğanı ince ince doğrayın, sarımsakları ezin. Havuç, patates ve kereviz sapını küp küp doğrayın. Balık filetosunu küçük parçalara kesin.

Bir tencereye zeytinyağını ekleyin ve ısıtın. Soğan ve sarımsağı ekleyip, soğanlar şeffaflaşana kadar kavurun.

Ardından havuç, patates ve kereviz sapını ekleyip birkaç dakika daha kavurun.

Tencereye balık suyu veya sebze suyunu ekleyin. Karışımı kaynamaya bırakın. Kaynadıktan sonra altını kısın ve sebzeler yumuşayana kadar pişirin.

Balık parçalarını tencereye ekleyin. Çorbanın tuzunu, karabiberini, kekik ve pul biberini ayarlayın. Balıklar pişene kadar yaklaşık 5-7 dakika daha kaynatın.

Limon suyunu ekleyin ve karıştırın. Çorbayı ocaktan alın ve taze maydanoz veya dereotu ile süsleyin.

Balık çorbasını sıcak olarak servis edin.