



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK ETLİ BÖREK İÇİ

Eti beyaz ve hafif olan balıklardan herhangi birini alınız. Bu balığı iyice ayıklayınız. Un ile oğunuz. Sonra iyice yıkayınız. Ondan sonra da bir tencereye koyarak haşlayınız. Sonra sudan çıkararak beyaz etlerini derisinden ve kılçığından ayırınız. Bu ayrılan etleri soğuk suya atınız. Bir süre dinlenmeye terk ediniz. Sonra suyunu süzünüz. Bakınız yıkamakla balık kokusu gitmemiş ise, balık kokusu gidene kadar yıkamakta devam ediniz. Sonra balıkları sade yağ ile kavururken bir miktar koyu etsuyu katmayı unutmayın. Ateşten tencereyi indirirken sulu olarak indirin ve kesinlikle istenen baharlardan, içine soğan karıştırılacağı zaman üstüne ekmelidir.

© lezzetler.com tarif no:54009 • adı: BALIK ETLİ BÖREK İÇİ • gönderen: ufo • indirme tarihi: 30.05.2024 - 12:53