BALIK GRATEN (FRANSA)

MALZEMELER
½ kg sudak veya mezgit fileto
4 adet patates (orta büyüklükte)
250 gram brokkoli
4 çorba kaşığı limon suyu
250 gram krema
2 adet yumurta
1 çay kaşığı tatlı hardal
1 çay kaşığı toz zencefil
tuz
karabiber
sıvı yağ (kabı yağlamak için az miktarda)

YAPILIŞ TARİFİ
Patatesleri soyup ince dilimler halinde doğrayın. Brokkoliyi saplarından ayırın ve saplarını dilimleyin.Her ikisini ayrı olarak haşlayın ve sonra soğuk su duşuna sokun.
Balık filetoları 2 cm genişliğinde şeritler halinde enine kesin, tuz ve karabiber serpip 20 dakika kadar dinlendirin.
Krema, yumurta, hardal, limon suyu ve zencefili karıştırın.
Isıya dayanıklı yayvan bir kabı sıvı yağ ile hafifce yağlayın. Dibine, her sırayı tuzlayarak iki sıra patates halkalarını dizin. Üzerine bir sıra balık fileto ve bir sıra brokkoli döşeyin. Üzerine kremalı karışımı dökün.
180oC'a ısıttığınız fırında 20 dakika kadar pişiriniz.
Sıcak servis yapınız.

© lezzetler.com tarif no:5813 • adı:Balık Graten (Fransa) • gönderen:dertli • indirme tarihi:06.05.2024 - 21:37