



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK GRATEN

Malzeme :

1000 gr. balık (Kefal, levrek ve sinarit gibi balıklardan)
20 gr. margarin (1 çorba kaşığı)
2 bardak su
1 maydanoz kökü
1 havuç
1 küçük soğan
350 gr. patates (3 büyük)
25 gr. margarin (1 çorba kaşığı)
1 tane yumurta
Tuz (1 tatlı kaşığı)
20 gr. tereyağı (1 çorba kaşığı)
20 gr. un (1/4 kahve fincanı)
80 gr. tereyağı
25 gr. rendelenmiş kaşar peyniri
1 bardak balık kemiklerinin piştiği su
Karabiber Tuz

Yapılışı:

Soyulan patatesler, bir kap içinde üzerlerini örtecek kadar su konularak haşlanır. Patatesler iyice pişince, şüyu süzülür ve bunlar ezilerek püre haline getirilir. Ölçülere göre yumurta, margarin ve tuz katılarak iyice karıştırılır, birbiriyle halledilir. Elde edilen püre, bir sıkma torbasına konarak bir tarafa bırakılır. Daha sonra yine ölçülere göre 1 ya da 2 balığın filetoları çıkarılır ve içi margarinle yağlanmış bir tepsiye dizilir, bunlar da bir tarafa bırakılır. Yine bir tencere alınır, içine havuç, soğan, maydanoz kökü ile balığın baş, kuyruk ve kemikleri konur, ağzı açık olarak 30 dakika haşlanır sonra bir bardağa süzülür. Tepsideki balık filetolarına, baş, kuyruk ve kılçık suyunun üçte biri katılarak, kuvvetli ateşte filetoların bir tarafı 3, öbür tarafı da 3 dakika olmak üzere 6 dakika pişirilir. Balıklar, delikli kepçe ile tepsideki çıkartılarak kenarlarına patates dizilen tabağın ortasına sıralanır. Balıkların pişirildiği su, baş, kuyruk ve kılçık suyunun üzerine süzülerek ilâve edilir. Bu iş de bitince, bir kaba ölçülere göre tereyağı ve un konularak hafif ateş üzerinde 3 dakika kavrulur. Buna süzülen balık suyu da ilâve edilir. Salça, boza gibi oluncaya kadar karıştırılır ve pişirilir. Ateşi azaltılarak içine yavaş yavaş tereyağları konulur, iyice karıştırılır ve yağ salçaya yedirilir. Sonra buna rendelenmiş kaşar ile biber ve tuz ilâve edilir. İyice karıştırılan kap ateşten indirilir. Bu salça, içinde balıklar bulunan tabağa yavaş yavaş gezdirilir, ama patatesler dökülmez. Tabak kızgın fırına sürülür, 10 dakika kızartılarak, tabağı ile servis yapılır. Hazırlanan yemek sıcak yenir.