



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALIK GÜVECİ (KARAYİPLER)

- 250 gr kalkan balığı filetosu
- 2 uskumru filetosu
- 250 gr kırlangıç filetosu
- 1/4 su bardağı zeytinyağı
- 6 orta boy soğan (doğranmış)
- 3 diş sarımsak (dövülmüş)
- 1 dolmalık biber (çekirdekleri çıkarılıp şeritler halinde kesilmiş)
- 1 kırmızı dolmalık biber (çekirdekleri çıkarılıp şeritler halinde kesilmiş)
- 1 çorba kaşığı kıyılmış taze fesleğen yada 1+1/2 tatlı kaşığı kuru fesleğen (istenirse)
- 500 gr domates (kabukları soyulup çekirdekleri çıkarılmış)
- 1 kahve kaşığı acı kırmızı biber
- 1 kahve kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 kahve kaşığı karabiber
- 1 çorba kaşığı sirke

Zeytinyağını büyük bir güveçte, orta ateşte kızdırınız. Yağ kızınca soğan ve sarımsağı 5-7 dakika, arada sırada karıştırarak, kızartınız. Dolmalık biber, fesleğen (isteniyorsa), domates, acı biber ve kimyonu ekleyip, güveci kapatınız ve hafif ateşte ağır ağır 1+1/2 saat, yoğun bir sos haline gelinceye kadar pişiriniz. Önce fırınınızı hafifçe (170° C) ısıtınız. Balık, tuz ve karabiberi güvece ekleyip iyice karıştırınız. Güveci fırına sürüp 20 - 30 dakika, çatala batırduğunda balık kolaylıkla ayrılana kadar pişiriniz. Güveci fırından alıp üstüne sirkeyi akıtarak hemen servis ediniz. Ya da soğumaya bırakınız.