



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BALIK HAŞLAMASI

Yapılışı:

- 1- Balıkları temizleyip iyice yıkayınız.
- 2- Az derin bir kaba iri parçalara doğranmış soğan, kereviz, havuç, defne yaprağı, tuz karabiber, biraz limon suyu veya sirke ve balığa yetecek kadar su koyunuz.
- 3- Hepsini bir taşım kaynatıp balıkları ilave ediniz.
- 4- Orta hararetili ateşte kaynamağa bırakınız ve sık sık köpüğünü alınız.
- 5- Kaynamağa başladıktan sonra ateşi azaltınız, balığın cinsine ve büyüklüğüne göre 10 ile 40 dakika arasında haşlayınız.
- 6- Kendi suyunda soğuttuktan sonra balıkları çıkarınız.
- 7- İstedığınız yerlerde kullanınız.