BALIK HAŞLAMASI

Levrek, kefal, kırlangıç balıklarından

1200 gram balık
1750 gram su (7 bardak)
65 gram zeytinyağı (1 kahve fincanı)
500 gram sarı patates (8 orta)
300 gram kereviz (3 orta)
250 gram havuç (7 küçükçe)
1 demet maydanoz
6 diş sarımsak
1 adet limonun suyu
Tuz

1 Bir tencereye; 7 bardak su, bir kahve fincanı zeytinyağı, kazınmış, ortalarından ikiye bölünmüş 7 küçük havuç, kabuklan soyulmuş dörde kesilmiş 8 sarı patates, kabukları elma gibi soyulmuş ve dörde bölünmüş 3 orta baş kereviz, 6 diş sarımsak ile 2 tatlı kaşığı da tuz koyarak ve kapağı kapatılmış olarak, tencereyi orta ısıdaki ateşe oturtmalı ve sebzelerde hafif bir yumuşaklık meydana gelinceye kadar 25 dakika haşlamalıdır.
2 Sebze pişmeye yüz tutunca; bunlara tarif edildiği şekilde pulları kazınmış iç ve solungaçları, yani kulakları temizlenmiş iki veya üçer parmak eninde halkalara kesilmiş (balıklar küçükse yarım olarak da kesilebilir) ve iyice yıkanmış 1200 gram balık ilâve ederek, tencereye kapaksız olarak balıkları sebzelerle birlikte 20 dakika haşlamalıdır. (Tencerenin kapağı kapatılacak olursa sebzelere balık kokusu sinmiş olur.)
3 Sonra tencereye yıkanmış ve kıyılmış 1 demet maydanoz ile 1 adet limonun suyunu ilâve ederek, tencereyi ateşten almalı, ancak 5 dakika sonra balıkları sebze ve suyu ile birlikte servis yapmalıdır.

© lezzetler.com tarif no:33817 • adı:BALIK HAŞLAMASI • gönderen:XXL • indirme tarihi:11.05.2024 - 03:31