



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALIK PİLAKİSİ

2 adet palamut balığı
250 gr. margarin
500 gr. patates
3 diş sarımsak
2 adet soğan
2 adet havuç
1,5 adet limon
Yarım demet maydanoz
2 küçük baş kereviz
2 adet defne yaprağı
1 tutam tuz

Soğan ve havuç ayıklanır. Uzunlamasına ikiye parçaya kesildikten sonra İnce ince yarılarak halkalara doğranırsana margarin ile bir tavada hafifçe kavrulur. Bir litre su konur. Doğranmış kereviz, sarımsak bütün olarak iki defne yaprağı katılarak yarım saat kadar kaynatılır. Birer kişilik parçalara kesilmiş balıklar, kabuğu soyularak boyuna olarak 4-6 parçaya kesilmiş patates, kaynamakta olan soğanlı su içine konur, tuz atılır. Yavaş yavaş kaynatılarak 3-4 kepçe suyu kalıncaya kadar kaynatılır. Limon sıkılır. Birkaç taşım daha kaynatılır. Servis tabağına konur.