



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BALIK PİLAKİSİ

Levrek, kefal, palamut, uskumru gibi balıklardan

1000 gram balık  
150 gram kereviz kökü (2 küçük)  
100 gram zeytinyağı  
150 gram havuç (3 orta)  
1 baş sarımsak  
1 1/2 bardak su  
1 adet limon  
150 gram arpacık soğanı (10 adet)  
1/2 demet maydanoz  
150 gram sarı patates (3 küçük)  
Tuz

1 Bir tencereye; soyulmuş 10 arpacık soğanı, soyulmuş ve dörde bölünmüş 3 sarı patates ve kereviz, üstü kazınmış ve ikiye bölünmüş 3 havuç, iç kabukları çıkarılmış 1 baş sarımsak, bir buçuk bardak su, bir buçuk kahve fincanı zeytinyağı ile yarım çorba kaşığı da tuz ilâve ederek tencereyi ateşe oturtmalı ve sebzelerde hafif bir yumuşama oluşuncaya kadar aşağı yukarı 35 dakika pişirmelidir.

2 Sonra tencereye; pulları kazınmış, iç ve kulak denen solungaçları temizlenmiş ve ikişer parmak kalınlığında halka şeklinde kesilmiş ve iyice yıkanmış 1 kg. balık ile ince dilimlere kesilmiş 1 adet limon ilâve ederek balıkları 15 dakika kadar pişirmeli ve tencereyi ateşten alarak yarım demet kıyılmış maydanoz ilâve etmeli ve soğuduktan sonra servis yapmalıdır. (Uskumrular kesilmeden, olduğu gibi pişirilmelidir.)