



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

BEARNEZ SOSLU BALIK

Levrek, kefal, mercan, sinarit gibi balıklardan

800 gram balık filetosu

5 bardak su

1 küçükçe havuç ve soğan

Tuz

Karabiber

SALÇASI:

2 yumurta sarısı

2 kahve fincanı sirke

100 gram tereyağı ya da margarin

1/2 demet maydanoz

1 arpacık soğanı

Tuz

1 Baş ve kuyruğu çıkarılmış olarak tartılmış 800 gram balığı keserek ya da balıkçıya kestirerek, her biri aşağı yukarı yüzer gramdan yarım el büyüklüğünde 6 fileto çıkarmalı ve bunları bir tepsiye yerleştirdikten sonra üstlerine 5 bardak su, biber, küçük havuç, soğan ile yarım çorba kaşığı da tuz ilâve etmeli ve üstlerine bir kapak kapatarak, balıklar orta ateşte 20 dakika haşlanmalıdır. (Aşağı yukarı kiloluk bir ya da daha büyük balıkları yuvarlak kesmek suretiyle haşlamak da olanaklıdır.)

2 Balıklar haşlanınca; parçalamadan bir delikli kepçe ile tabağa almalı, yanında haşlanmış patates ve salçalık içinde yukarıdaki oranlarda hazırlanmış bearnes salçası olduğu halde sıcak olarak servis yapılmalıdır.