



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BOUILLABAÏSSE

4 adet değişik balık (1 adet iskorpit, 1 adet kırlangıç, 1 adet çipura, 1 adet uskumru)
2 adet kuru soęan
2 adet domates
4 adet patates
½ çay bardağı zeytinyağı
1 çay kaşığı safran
1 çay bardaęı su
4-5 adet defne yapraęı
4 diş sarımsak
Tuz
Karabiber

Balıkları balıkçınızdan temizlenmiş olarak alın. Tekrar yıkadıktan sonra tuz ve karabiberleyip 20 dakika marine edin. Zeytinyağını bir tavada kızdırın. Halkalar halinde doğranmış soğanı, dövülmüş sarmısağı, defne yapraklarını ilave edip soğanlar yumuşayınca kadar kavurun. Domatesleri doğrayıp sosa katın ve tumuşayana kadar pişirin. Yumuşayınca çatal yardımıyla ezerek püre haline getirin. Patateslerin kabuklarını soyduktan sonra halkalar halinde doğrayın. Büyük bir kabın altına patateslerin tamamını dizin. Üstüne balıkları bütün olarak ve yanyana koyun. Üzerine safranı serpin. Tavada hazırladığınız sosun tamamını balıkların üstüne yayın. Suyu ilave edin. Kapağını kapatıp orta hararetli ateşte pişirin. Suyunu çekip balıklar yumuşayınca pişmiş demektir. Sosu tencerede bırakıp balıkları alın ve eşit olarak taksim edin. Sosları da yanlarına koyup sıcak servis yapın.