



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ÇİPURA IZGARA

<https://migros.com.tr>

3 adet çipura  
2 adet kabak  
1 adet kırmızı biber  
5 çorba kaşığı sıvıyağ  
2 adet patates  
1 çorba kaşığı un  
3 çorba kaşığı krema  
8-10 adet mantar  
2 adet havuç  
1 adet sarı biber

1. Ayıklanmış balıkları arkalı önlü ızgara yapın.
2. Diğer tarafta kabukları soyulmuş ve jülyen doğranmış kabak, havuç, kırmızı ve sarı biberi, 2 çorba kaşığı sıvıyağda soteleyin.
3. Haşlanmış patatesleri halka şeklinde doğrayın.
4. Servis tabağına balığı ve sotelenmiş sebzeleri alın.
5. Dilim patatesleri yerleştirin.
6. 3 çorba kaşığı sıvıyağda unu hafif pembeleşinceye kadar kavurun.
7. Krema ve ortadan ikiye kesilmiş mantarları ilave edip kısık ateşte 1-2 dakika pişirin.
8. Hazırladığınız mantarlı sosu patates ve balığın üzerine gezdirip servis yapın.

