



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DENİZ MAHSÜLLERİ SUFLE

<https://cook.com.tr>

Kars Gravyer Peyniri 2 Kahve Fincanı
Zeytinyağı 2 Yemek Kaşığı
Sofra Tuzu 0.5 Tatlı Kaşığı
Hindistancevizi 1 Tutam
Karabiber 1 Tutam
Dolma Biber 1 Adet
Patates 3 Adet
Sarımsak 0.5 Adet
Mezgit 250 Gram
Yumurta 4 Adet
Margarin 1 Çorba Kaşığı
COOK Yağlı Pişirme Kağıdı 1 Adet
Kuru Soğan 1 Adet

Patateslerin kabuklarını soyun, haşlayın ve minik minik doğrayın. Dolmalık biberi zar şeklinde doğrayın, gravyer peynirini 2 kahve fincanını dolduracak şekilde rendeleyin, yumurtaların sarısı ve beyazını ayırın ve soğanı doğrayın.

Balıkları minik minik doğrayın. Tencerenin içerisine margarini koyun ve eritin. Doğradığınız balıkları içerisine atın. Soğan ve yeşil biberi ve zeytinyağını ilave edin ve karıştırın. Karıştırdıktan sonra tuzu da ilave edin ve 7 dakika kaynatın.

Bir kevgir yardımı ile haşladığımız balıkların suyunu süzüyoruz. Çünkü bu suyu daha sonra patatesleri sotelerken kullanacağız. Süzdüğümüz balıkları bir kenara bekletin.

Ayırdığımız suyun üzerine haşladığımız ve doğradığımız patatesleri ekliyoruz ve bir miktar kaynatıyoruz. Kaynadıktan sonra patatesleri iyice balık suyunu emmesi için tencere içerisinde eziyoruz.

Süzdüğümüz balıkları bir kabın içerisine alın ve üzerine yumurta sarısı, hindistancevizi, sarımsakları (doğradıktan sonra), rendelediğimiz gravyer peynirini ekliyoruz ve bir tel yardımı ile iyice karıştırıyoruz. Patatesleri de kaba ilave edip çırpma teli yardımı ile oluşan harcı iyice karıştırıyoruz.

Ayrı bir kaseye beyazını ayırdığımız yumurtaları koyuyoruz. Çok az tuz ilave edip çırpma işlemine başlıyoruz. Yumurta akını iyice köpürtüyoruz.

Yaptığımız köpüğü oluşturduğumuz balık harcına ilave ediyoruz. Ancak köpüğünü yok etmeden yavaş hareketler ile köpüğü iyice harca yediriyoruz. Eğer köpüğünü kaybedersek suflemiz kabarmayacaktır. Sufle kaplarını COOK Yağlı Pişirme Kağıdı ile kaplayın. Hazırladığımız sufleleri sufle kabına bir kaşık yardımı ile dolduruyoruz. Daha önceden ısıttığımız fırına sufleleri koyuyoruz ve 180C de 20 dakika pişiriyoruz. Fırından çıkardığınız sufleleri istediğiniz gibi servis edebilirsiniz.



© lezzetler.com tarif no:170360 • adı:Deniz Mahsülleri Sufle • gönderen:gül • indirme tarihi:13.03.2025 - 00:30