



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİL BALIĞI FİLETOSU GRATEN

Kullanılacak malzeme (6 kişi için):

Her biri 250'şer gramlık 3 dil balığı,

1/2 litre sut,

50 gram un;

100 gram sadeyağ,

25 gram gravyer peyniri,

50 gram rendelenmiş kaser peyniri,

1 körpe havuç, 1 sap kereviz,

1 defne yaprağı,

1 baş ufak soğan,

1/2 limonun suyu,

1 siyah mantar,

yeteri kadar dövülmemiş karabiber

tuz.

Yapımı: Dil balığının filetolarını çıkarıp yıkadıktan sonra bunları bir süzgece koyup sularını süzün. Sonra yuvarlayıp birer kürdanla tutturun.

pir tavaya 40 gram sadeyağ koyun. Yağ kızınca yuvarlak dilimler halindeki dil balığı filetolarını tavaya atın.

Tuzunu ve taze çekilmiş karabiberi serptikten sonra bunları iyice kızartın. Balık filetoları iyice kızarıncaya balıkları kevgirle tavadan çıkarıp yağa bulanmış çukur bir pyrex kaba yerleştirin.

Kalan sadeyağ, un ve sütle bir beşamel salçası hazırlayın. Salçayı 5 dakika kadar pişirdikten sonra filetodan kalan tavadaki salçayı yarım bardak kadar kalıncaya kadar kaynatıp beşamel salçasına katın. Kaşer ve gravyer peynirlerini de kattıktan sonra iyice karıştırın ve pyrex kaptaki dil balığı filetolarının üstüne dökün (Salça, balıkları iyice örtmelidir). Bu işler olurken çukur bir kapta ve hafif tuzlu su içinde havucu, kereviz yaprağını, kabuğu ayıklanmış soğanı, dövülmemiş birkaç karabiber tanesini, defne yaprağını ve limon suyunu 15-20 dakika kadar kaynatın sonra pyrex kaptaki salçanın üstünü bunlarla süsleyin. Mantarı da zar gibi incecik dilimlere doğrayıp bunu da salçanın üstüne yaydıktan sonra pyrex kabı sıcak bir fırına koyup salçanın üstü kızarıncaya kadar orada tutun.

Sonra kabı fırından çıkarıp sofraya götürün ve böylece servis yapın.