



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DİL BALIĞI PRESİDAN (FRANSA)

### SOLE PRESİDENT

4 kişi için MALZEME :

4 adet ir dil balığı temizlenip derisi soyulmuş

1 çorba kaşığı çok ince kıyılmış soğan

2 çorba kaşığı tereyağı

Az tuz,

1/2 çay kaşığı kırmızı yaprak biber

2 çay kaşığı un

4 çorba kaşığı un

4 çorba kaşığı krema

2 kahve fincanı balık suyu yoksa su 1 çay kaşığı domates salçası

### YAPILIŞI :

Ateşe mukavim bir güvecin veya Pyrex cam güvecin içini tereyağı ile yağlayıp soğanı serpiniz

Üzerine balıkları yan yana yerleştiriniz

Tuzu, biberi ve suyu ilâve' edip üzerini yanmaz kâğıt veya yağlı kâğıtla kapatıp ağır ağır kaynatarak beş altı dakika pişirip ateşten alınız

Suyunu küçük bir tencereye süzdürünüz

İçerisine tereyağı ile unu ezip ilâve ediniz

Domates salçasını ilâve edip orta ateşte karıştırarak üç dört dakika kaynatınız

Kremayı ilâve edip bir kere kaynatıp sosu balığın üzerine döküp servis ediniz