



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİL BALIĞI TRANŞ VE SERVİSİ

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

Dil balığı yassı balıklardan biridir. Poşe, tava veya ızgara olarak hazırlanabilirler.
Poşe olarak hazırlanmış dil balığının etrafını tamamen çevreleyen yüzgeç kısmı çatal ve kaşık veya bıçak yardımıyla gövdeden ayrılır.
Derisi sırttan karına doğru yavaş yavaş sıyrılmak suretiyle soyulur.
Baştan kuyruğa doğru uzanan orta çizgi boyunca bastırılıp sırt ve karın filetolarının ikiye hafifçe ayrılması sağlanır.
Üst filetolar(karın ve sırt) balık farası veya tranş takımı yardımıyla alınarak servis tabağına konur.
Filetoların alınmasından sonra üstte serbest kalan kılçık baş tarafından tutularak kaldırılır.
Altta kalan filetolar da üst filetolar gibi derileri soyulduktan sonra servis tabağına alınır.
Garnitür ve sosları ilave edildikten sonra misafire sağdan servis edilir.
Izgara ve tava olarak hazırlanan dil balığının temizlenmesi alabalık tavada olduğu gibidir.