



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİL FİLETOSU TAN JÜLİE (FRANSA)

FİLETS DE SOLE TANTE JULIE

4 kiři için MALZEME :

16 adet iri dil balığı filetosu (Dört iri dilden elde edilir)

1 çay fincanı ince kıyılmış mantar

1 tatlı kaşığı tereyağı

2 kahve fincanı mantarın suyu

1 çay kaşığı çok ince kıyılmış soğan

1 tatlı kaşığı margarin

Tuz, bir çimdik karabiber

1 su bardağı balık suyu yoksa konsome yoksa su

1 çorba kaşığı tereyağı

2 çay kaşığı un

4 çorba kaşığı krema

1 yumurtanın sarısı

YAPILIŞI :

Küçük bir tencereye bir tatlı kaşığı tereyağını koyup kızdırıp mantarı ilâve ediniz

Bir iki dakika kavurup mantar suyunu veya suyu koyup ağır ağır kaynatarak suyunu tamamen çektiirip ateşten alıp muhafaza ediniz

Balık filetolarını hafifçe dövüp yassıltınız, içini dışa getirip üçe katlayınız

Dibi düz küçük bir tencerenin altını hafif yağlayıp soğanı serpiniz

Balıkların katlanmış kısmını alta getirerek soğanın üzerine diziniz

Üzerine tuz, biber ve balık suyunu ilâve edip kapağını kapatınız

Gayet ağır ağır kaynatarak yedi sekiz dakika pişirip ateşten alınız

Bir paletle veya kevgirle susuz olarak balıkları bir güvece veya öğraten tabağına çıkarınız

Üzerlerine yukardaki mantarı yerleştiriniz

Tereyağı ile unu karıştırıp balıkların suyuna ilâve ediniz, bir çırpma teli ile karıştırarak ağır ağır iki dakika kaynatınız

Yumurta sarısını krema ile karıştırıp sosun içine karıştırarak ilâve ediniz

Ateşten alıp balıkların üzerine dökünüz, salamandrada yoksa üstten hızlı ateşli fırında bir kaç dakika üzerini kızartıp servis ediniz