



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİLBALIĞI KÖFTESİ

MALZEMESİ:

4 adet dilbalığı filetosu
4 adet mezgit balığı filetosu
1 adet yumurta
8 adet çekirdeksiz yeşil zeytin
2 çorba kaşığı rendelenmiş kaşarpeyniri
2 baş soğan
1 çorba kaşığı zeytinyağı
Salçası için:
3-4 sap taze soğan
1 baş kuru soğan
1 adet havuç
4-5 adet domates
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı çamfıstığı
1 tatlı kaşığı tozşeker
6-7 adet çekirdeksiz yeşil zeytin
Yeterince tuz
Biber

YAPILIŞI:

Önce salçasını hazırlayınız. Soğanı, havucu tavla zarı büyüklüğünde doğrayınız. Taze soğanların körpe yeşil yaprakları dahil ince doğrayıp, 3-4 dakika zeytinyağında kavurunuz. Tuzunu, biberini, şekerini ilave ediniz. İçine kabuksuz domatesleri rendeleyip katınız. 20 dakika pişiriniz. Fileto mezgit balığını ince ince kıyınız. İçine yumurtayı kırıp, çatalla eziniz. (Varsa mikserden geçiriniz). Soğanı 3-4 dakika zeytinyağında kavurup püre haline gelmiş mezgit balığına katınız. Kaşarpeyniri rendesi, ince kıyılmış yeşil zeytinleri ilave edip, tuzunu biberini ekiniz. Dilbalığı filetosunu yayıp, içine hazırladığınız bu püreden koyup sarınız. Açılmasın diye bir kürdan saplayınız. Hazırladığınız salçanın içine itinayla yerleştirip 15 dakika pişiriniz. Zaman zaman dikkatlice çeviriniz. İnmesine yakın çekirdeksiz yeşil zeytinleri, yağda kavrulmuş çamfıstığını ilave ediniz. Sıcak sıcak haşlanmış patates eşliğinde ikram ediniz.