



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DÜLGER SİMİT

2 kg dülgere balığı
1'er su bardağı un ve susam
1 adet yumurta
Kızartmak için:
Sıvıyağ
Sosu için:
2 çorba kaşığı sıvıyağ
10 adet mantar
2 adet iri kıyılmış sivri biber
2 çorba kaşığı soya filizi
1 çorba kaşığı soya sosu

Öncelikle ayıklanmış balıktan fileto çıkarın. Filetoları parmak kalınlığında uzun şeritler halinde kesin. Şerit biçimindeki balıkların iki ucunu birleştirerek simit haline getirin. Hazırladığınız simitleri önce una daha sonra az su ile çırpılmış yumurtaya bulayın. En son susama buladıktan sonra kızdırılmış sıvıyağda önlü arkalı kızartın ve servis tabağına yerleştirin. Diğer yandan sos için sıvıyağı bir tavaya alın. İçine ince kıyılmış mantar, sivri biber ve soya filizini atıp hafif kavurun. Soya sosunu ekledikten sonra tüm malzemeyi karıştırın ve bu sosu dülgere simitlerin üzerine gezdirin. Sıcak olarak servis yapın.