



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI ALABALIK (İTALYA)

2 alabalık (temizlenmiş)
30 g taze kepek ekmeđi içi
1/2 limonun rendelenmiş kabuđu ve suyu
2 tatlı kaşığı kıyılmış dereotu
1 küçük soğan (ince doğranmış)
1 defne yaprađı
3 diş karanfil
bir tutam hintceviz kabuđu rendesi (ya da bir tutam tarçın)
4 tane karabiber
6 çorba kaşığı elma sirkesi
1 tatlı kırmızı elma
1 tatlı yeşil elma

Önce fırınınızı 190 °C'a ısıtın. Alabalıkların aşığıdaki çerçevede anlatıldığı biçimde filetolarını çıkarın.

Küçük bir kâsede kepek ekmeği içi, limon kabuğu rendesi ve 1 tatlı kaşığı limon suyunu karıştırın.

Balıkfile-tolarını yayıp, içlerine 1 'er kaşık bu karışımından koyduktan sonra, rulo biçiminde sararak, 1 'er kürdanla tutturun.

Bir fırın kabına soğan dilimlerini döşeyip, üstlerine defne yaprağı, karanfil, hintceviz kabuğu rendesi (ya da tarçın) ve tane karabiberleri serpererek, en üste alabalık rulolarını yerleştirin.

Elma sirkesini 6 çorba kaşığı suyla karıştırdıktan sonra balıkların üstüne döküp, kabin üstünü kapatarak, fırında 30 dakika pişirin. Kabı fırından alıp, bir kenarda oda sıcaklığına inmesini bekledikten sonra, buzdolabına kaldırarak 1 saat soğutun.

Kabı buzdolabından alıp, balık rulolarını kesme tahtası üstüne aktarın. Kürdanları çıkararak, rulolardan 2,5 cm kalınlığında yuvarlak dilimler kesin. Elmaları ayıklayıp, ince ince dilimledikten sonra, renklerinin bozulmaması için, kalan limon suyuna yatırın. Pişmişsoğanlı karışımı, elma dilimleri ve balık dilimlerini tabaklara yan yana yerleştirip, servis yapın.