



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENDÜLÜS USULÜ SALÇALI SARDALYE

Kullanılacak malzeme (4 kişi için):

750 gram sardalye balığı,
20 gram çam fıstığı,
20 gram kuşüzümü,
25 gram çekirdeksiz İzmir üzümü,
2 baş soğan,
1 demet maydanoz,
1 çay kaşığı şeker,
yeteri kadar un,
2 çorba kaşığı halis üzüm sirkesi,
yeteri kadar zeytinyağı ve tuz.

Yapımı: Kuş üzümüyle İzmir üzümünü ılık suya koyup yumuşatmalı. Sardalyelerin pullarını ve içlerini temizledikten sonra bol suda iyice yıkamalı. Sonra bir süzgeçte sularını iyice süzmsli. Çukurca bir tavaya bol zeytinyağını koymalı. Yağ kızınca una bulanmış sardalyeleri tavaya atıp her yanlarını iyice kızartmalı. Kızaran balıkları süzerek çıkarıp bir kenara koymalı.

Beri yanda bir tavaya birkaç kaşık zeytinyağı koymalı. Yağ ısınmadan iri iri doğranmış soğanı içine atmalı ve tahta kaşıkla karıştırarak hafifçe kavurmalı. Soğanların rengi dönmeye başlarken tavaya iki çorba kaşığı üzüm sirkesi dökmeli. Şekeri de serptikten sonra çam fıstığını ve suları süzülmüş üzümleri katmalı. Ateşin ısını azaltmalı ve tavadakileri bir süre kaynatmalı. Sardalyeleri pyrex bir kayık tabağa düzenli bir biçimde yerleştirmeli. Tavadakileri de sardalyelerin üstüne döktükten sonra kabı orta ısı bir fırına sürmeli. 5 - 10 dakika fırında tuttuktan sonra ince ince doğranmış maydanozu üstüne serpmeli. Bir dakika daha fırında tuttuktan sonra çıkarıp bir gün kadar bir kenarda dinlendirmeli.