



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENDÜLÜS USULÜ TEKİR BALIĞI

6 orta boy tekir balığı (temizlenip, gözleri çıkarılmış)
1 limonun suyu
90 gr (1/2 su bardağı) dolmalık fıstık (dövülmüş)
2 diş sarımsak (dövülmüş)
1 küçük soğan (ince doğranmış)
4 çorba kaşığı maydanoz (ince kıyılmış)
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
3 çorba kaşığı rafine yağ
1 orta boy dolmalık yeşil biber (çekirdekleri temizlenip, 1 cm'lik şeritlere kesilmiş)
6 orta boy domates (kabukları soyulup, çekirdekleri temizlenerek dilimlenmiş)
30 gr (2 çorba kaşığı) tereyağı (küçük parçalara kesilmiş)
6 siyah zeytin

Tekirleri yayvan bir tabağa yerleştirip, üstlerine limon suyunu dökerek oda sıcaklığında 15 dakika bekletiniz.

Önce, fırınınızı orta sıcaklığa (180°C) getirip, ısıtınız.

Orta boy bir kasede fıstık, sarımsak, soğan, maydanoz, tuz ve biberi tahta bir kaşıkla karıştırınız. Yavaş yavaş ve sürekli karıştırarak rafine yağı ekleyip, bir kenara bırakınız.

Balıkları limon suyundan çıkarıp (tabakta kalan limon suyunu dökünüz), kağıt peçeteyle kuruladıktan sonra, büyük bir tepsiye diziniz. Fıstık ve maydanoz karışımını balıkların üstüne sürünüz. (Her balığa eşit miktar sürmeye dikkat ediniz.) Dolmalık yeşil biber dilimlerini balıkların üstüne yerleştirip, üstüne domates dilimlerini koyunuz. En üste de tereyağı parçalarını, aralıklı olarak diziniz. Tepsiyi fırına sürüp, balıkları 25 dakika, eti kılçığından kolayca ayrılana kadar pişiriniz.

Tepsiyi fırından alıp, balıkları ve sebzeleri ısıtılmış bir servis tabağına yerleştiriniz. Zeytinleri her balığın üstteki göz çukuruna yerleştirip, servis ediniz.