



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ERİKLİ GELİNCİK BALIĞI

1 kg gelincik balığı
500 gr yeşil erik
2 yemek kasığı margarin
1 tatlı kasığı toz şeker
1 çay kasığı tuz

Önce yeşil erikleri yıkayıp üzerini geçecek kadar su koyup, haşlayalım. Soğuyunca tel süzgeçle geçirerek hem çekirdeklerini ayıklayalım, hem de yemeğimizde kullanmak üzere püre haline getirelim. Erik püremizi derin büyük bir tavaya alarak, içine bir tavada erittimiz margarini, şeker, tuz ve biraz su ekleyerek bir sos pişirmeye başlayalım. Balıklarımızı yıkayıp, kılçıklarını ve başlarını ayırarak iri iri dilimleyelim. Sos kaynamaya başlayınca, içine balıkları dizelim, tavayı kapatarak 10 dakika pişirelim.



Fotoğraf "kandilli" tarafından gönderildi. 08.03.2019