



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SOSLU SOMON

4 adet somon fileto
100 gr. ceviz içi
1 şişe maden suyu
1 su bardağı nar suyu
1 adet limon suyu
1 kaşık hardal
3 çorba kaşığı un
1 tatlı kaşığı elma sirkesi
4 adet defne yaprağı
2 diş sarımsak
5 yaprak taze nane
1 adet limon kabuğu rendesi
1 adet portakal kabuğu rendesi
Tuz
2 yemek kaşığı margarin
2 çay kaşığı karabiber

Geniş bir kabın içine maden suyumuzu döküyoruz, içine yeteri kadar tuz, karabiber ezilmiş sarımsaklarımızı ve 1 tatlı kaşığı elma sirkemizi koyup pişirmeden en az 1 saat önceden somon filetolarımızı marine ediyoruz. Sonra somonlarımızı alüminyum folyoya tek tek sararak fırın tepsisinin içine döküyoruz kalan sosu da tepsinin içine boşaltıyoruz. 200 derece fırına veriyoruz. Balıklarımız pişerken küçük bir tencere içine margarinimizi koyup unu kavuruyoruz kavurulan unun içine hardalımızı koyuyoruz ve karıştırıyoruz. Nar suyumuzu ve limon suyumuzu ilave edip yaklaşık 5 dk. kaynatıyoruz. Fırından filetolarımızı çıkarıp folyolarını çıkarıp 2. sosumuzu döküp defne yapraklarını balıklarımızın üzerine koyup tekrar 200 derece fırına veriyoruz ve pişmesini bekliyoruz. Somonlarımız piştikten sonra servis tabağına alıp portakal kabuğu, limon kabuğu, taze nane yaprakları ve ceviz içi ile süslüyoruz.

