



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## HOLANDEZ SOSLU ALABALIK

4 kg'lık bir alabalık (temizlenmiş)  
2 kg (10 su bardağı) su  
2 büyük soğan (2,5 sm'lik dilimler halinde doğranmış)  
2 kereviz (temizlenmiş ve 2,5 sm boyunda doğranmış)  
3 küçük soğan yada arpacık soğanı (ikiye bölünmüş)  
12 tane karabiber  
1+1/2 çorba kaşığı tuz  
300 gr (1+1/4 su bardağı) sıcak Holandez sos  
Baharat torbası:  
8 sap maydanoz  
1 fiske kekik  
1 defne yaprağı

Alabalığı soğuk suda yıkayıp suyunu süzdürünüz.

Büyük bir tencereyi suyla doldurunuz; balığı tel bir ızgaraya koyunuz. Tel ızgarayı da dikkatlice tencerenin içine yerleştiriniz. Havuç, kereviz, küçük soğan, tane karabiber, baharat torbası ve tuzu ekleyip orta ateşte 1 saat kaynatınız. Sonra ateşi kısarak, balığı 12 dakika kadar da haşlayınız.

Tencereyi ateşten alıp balığı dikkatlice çıkarınız, ısıtılmış bir servis tabağına yerleştirip keskin bir bıçakla, etini zedelemeyen derisini soyunuz, maydanozlarla süsleyiniz.

Holandez sosu, ısıtılmış bir sosluğa boşaltıp balıkla birlikte hemen servis ediniz.

Not: Holandez soslu alabalık, alabalığın sıcak olarak sunulduğu klasik bir hazırlanış biçimidir. Yanında haşlanmış taze patates ve karışık yeşil salata ile servis edildiğinde, son derece lezzetli bir yemektir.