



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İSPANYOL USULÜ LEVREK

<https://tr.braun.com/>

4 adet levrek filetosu (her biri 150 gr.)

Vinaigrette sos:

300 ml sızma zeytinyağı

75 ml sirke

300 gr. soyulmuş ve doğranmış domates

30 gr. çekirdeksiz kuru üzüm

20 gr. hafifçe kavrulmuş çamfıstığı

2 çorba kaşığı doğranmış maydanoz

Lezzet katmak için tuz ve biber

Sıcak Patates, Biberiye ve Zeytinyağı Çorbası Malzemeleri:

350 gr. soyulmuş ve dörde bölünmüş patates

800 ml balık suyu

100 gr. kaba doğranmış soğan

300 ml zeytinyağı

Bir dal taze biberiye

Tuz ve biber

Vinaigrette için şeri sirkesini bir tavada kaynama noktasına kadar ısıtın.

Maydanoz ve çekirdeksiz kuru üzüm, zeytinyağı, çamfıstığı ve doğranmış domatesleri ekleyip ateşten alın.

Lezzetlendirmek üzere terbiyeleyin.

Çorba için soğan, patates ve biberiyeyi balık suyuyla birlikte bir sos tavasına koyun. Kaynama noktasına kadar ısıtın ve 15 dakika kısık ateşte pişirin. Ateşten alın ve yumuşayınca kadar Braun Multiquick 7 Kablosuz el blenderıyla blendırdan geçirin.

Zeytinyağını kaptaki patates karışımına karıştırarak ekleyin.

Levrek için yağ bir kızartma tavasında ısıtın ve balık filetoalarını terbiyeleyin.

Yağ kızdığıında filetoaları derisi alta gelecek şekilde ekleyin ve derisi altın rengine gelene kadar 1-2 dakika pişirin.

Ters çevirin ve bir dakika daha pişirin. Filetoaları tavadan alıp 180°C fırında yaklaşık 5 dakika ya da kendi istediğiniz kadar tutarak pişirme işlemi tamamlayın.

Balık filetoalarını dört tabağa koyup üstlerine bir kaşık vinaigrette koyun. Sıcak patates, biberiye ve zeytinyağı çorbasını da filetonun etrafına dökün.



