



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARA GÜMÜŞ BALIĞI

1 kg gümüş balığı

Sosu:

4 çorba kaşığı elma sirkesi

4 çorba kaşığı zeytinyağı

2 çorba kaşığı domates salçası

1 diş sarımsak (dövülmüş)

1 çorba kaşığı taze soğan (ince kıyılmış)

1 tatlı kaşığı tuz

1 kahve kaşığı karabiber

Bütün sos malzemesini büyük bir kaseye koyup karıştırınız. Gümüş balıklarını içine batırarak her taraflarını sosa buladıktan sonra, kaseyi 4 saat bir kenarda bekletiniz.

Önce ızgaranızı iyice kızdırınız. Gümüş balıklarını ve sosunu ızgaraya sığacak bir tepsiye boşaltıp balıkları düzgün biçimde yayınız.

Tepsiyi ızgaraya yerleştirip balıkları 3 dakika, üstlerine sık sık sosundan dökerek pişiriniz. Kaşıkla balıkları çevirip, üstlerine gene sosundan dökerek 5 dakika, renkleri hafif pembeleşene kadar pişiriniz.

Tepsiyi ızgaradan alıp, gümüş balıklarını delikli kepçe ile, ısıtılmış bir servis tabağına çıkarınız. Üstlerine biraz sos gezdirip, kalan sosu sosluğa boşaltarak yanında servis ediniz.