



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARA LEVREK

<https://www.elele.com.tr>

250 gr levrek fileto
5 gr zeytinyağı
80 gr karışık yeşillik
1 gr deniz tuzu
Patates püresi için:
150 gr patates
40 gr light süt
40 gr kapy biber
Karamelize domates sos için:
Birkaç yaprak taze fesleğen
100 gr domates
Çeyrek limonun suyu
1 çay kaşığı balsamik sirke
1 çay kaşığı elma sirkesi
1 çorba kaşığı kıyılmış kuru soğan
30 gr domates suyu
1 gr deniz tuzu

Bütün bir levreğin pullarını ve iç kısmını temizledikten sonra iki fileto olarak ayıklayın ve temizleyin. Zeytinyağı, tuz, karabiber ve fesleğenle marine edip ızgarada pişirin. Patatesleri soyun, yıkayın ve haşlayın. Püre yapmak için iyice haşlanmış patatesleri süzün ve geniş bir kaba alın. Kırmızı biberleri közleyin ve püre haline getirin. Haşlanmış patatese, kırmızı biber püresi, süt, tuz ve karabiber ekleyin, karıştırarak püre haline getirin. Sosu hazırlamak için zeytinyağını tavada hafif kızdırın, sırasıyla ince kesilmiş kuru soğan, küp kesilmiş domates ilave edin ve soteleyin. Son olarak, domates suyu, balsamik sirke, elma sirkesi, esmer şeker, fesleğen ve deniz tuzu ilave ederek kısık ateşte pişirin. Sosun kıvamı taneli, akıcı ve tatlı ekşi olmalı. Izgara levreği düz bir tabakta, Akdeniz yeşilliklerinin yanına bir servis kaşığı kırmızı biberli patates püresi ve karamelize domates sosla birlikte servis edin.

