



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAKLI KIRLANGIÇ BALIĞI ÇORBASI

- 1 adet orta boy kırlangıç balığı
- 1 adet soğan
- 3 adet yeşil kabak
- 1 adet patates
- 1 yemek kaşığı margarin
- 1 yemek kaşığı un
- 1 adet yumurta
- 1 adet limon suyu
- 2 dal dereotu
- 1 çay kaşığı tuz

Balığı ayıklayıp, yıkayınız. Geniş bir tencereye balığı, iri doğranmış soğanı, kabağı, patatesi, dere otunu koyunuz. Üzerlerine 4-5 bardak su koyup, tuz atıp, orta ateşte yarım saat pişiriniz. Balık ve sebzeler yumuşayınca ateşten alınız. Balığı tencereden başka bir kaba alınız. Tenceredeki kalan sebzeleri blenderden geçiriniz. Ayrı bir tencerede bir kaşık sana margarin ile unu pembeleşmeden kavurunuz. Blenderden geçirdiğiniz sebze suyunu azar azar unun üzerine dökerek, iyice eziniz. orba kıvamına gelinceye kadar su ilâve ediniz. Balığın kılçık ve derisini ayırıp, etlerini fındık büyüklüğünde doğrayınız. Tenceredeki çorbaya balık etlerini katıp, bir-iki taşım daha kaynatınız. Bir yumurta sarısı ve bir limon suyu ile terbiyeyi hazırlayınız. Kaynamakta olan çorbaya katıp, bir taşım kaynatıp, ateşten alıp servis yapınız.