



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALERA USULÜ BALIK

Levrek, kefal yavrusu, uskumru gibi balıklardan

1000 gram balık
120 gram tereyağı ya da margarin (6 çorba kaşığı)
150 gram mantar
60 gram pırasa beyazı
1 bardak et suyu
80 gram zeytinyağı (3/4 kahve fincanı)
Tuz
Karabiber

1 Pulları kazınmış, iç ve kulak denen solungaçları temizlenmiş pek ufaklardan olmayan 1000 gram levrek, kefal yavrusu ya da irice uskumru balıklarının sırtlarından yarmak suretiyle orta kılçıklarını çıkardıktan sonra balıkları yıkamalı, sonra bunları içi 2 silme çorba kaşığı margarin ile yağlanmış bir tepsiye, sırt kısımları açılmış bir halde yerleştirmeli ve bir tarafa bırakmalıdır.

2 Sonra bir kuşaneye; üç çeyrek kahve fincanı zeytinyağı ile kabukları soyulmuş, yıkanmış ve küçük parçalara kesilmiş 150 gram mantar, ince doğranmış 1 küçük pırasa beyazı, yine ufak doğranmış 2 küçükçe havuç koyarak, bunları karıştırmak suretiyle 3 dakika kavurmalı, sonra da bunlara 1 bardak yağı alınmış et suyu veya su, 2 kahve kaşığı karabiber, 1 tatlı kaşığı tuz ilâve ederek, sebze ve özellikle havuçlar az yumuşak bir hal alınca kadar kapaksız aşağı yukarı 15 dakika pişirmelidir.

3 Sebzeler pişince, bunları; tepsiye döşemiş olduğumuz balıkların yarık olan kısımlarına bölmek suretiyle doldurduktan sonra tepsiye 2 kahve fincanı da su ilâve etmeli ve balıkların üstlerine de bir yağ kâğıdı örterek tencerenin kapağını kapatmalı ve balıkları orta kuvvetteki ateşte 8-10 dakika arasında pişirmeli ve parçalamadan balıkları bir delikli kepçe ile tepsiden çıkararak az ısıtılmış bir tabağa almalı ve ılıkça bir yere bırakmalıdır.

4 Sonra, balıkları içinde pişirdiğimiz balık suyunu, küçük bir kaba alarak 5 dakika kadar kapaksız kaynatmak suretiyle suyu yarıya kadar azaltmalı, sonra ateşi iyice kısarak buna fındık büyüklüğünde küçük parçalara ayrılmış 4 çorba kaşığı tereyağı ya da margarin ilâve etmeli, fakat her ilâve edişte de kaşık ya da telle iyice karıştırmak suretiyle bütün yağı bu suya yedirmeli ve sonra da bu salçayı, tabak içindeki sıcak bir halde bulunan balıkların üstlerine dökmeli ve servis yapmalıdır.