



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KALKAN ÇORBASI

300 gr kalkan balığı
10 adet tane karabiber
4 adet defne yaprağı
1 adet dolmalık yeşil biber
1 adet dolmalık kırmızı biber
2-3 parça kereviz sapı
Yarım diş ezilmiş sarımsak
1/2 demet maydanoz (ince kıyılmış)
1 çorba kaşığı çiğ krema
3 çorba kaşığı sıvı yağ
1 adet limon
4 su bardağı su
yeterince tuz

Geniş bir tavaya sıvı yağ koyup ısıtın, ince ince doğradığınız kereviz sapı, yeşil ve kırmızı biberleri ekleyip kavurun. Ayrı bir tencerede 4 bardak suyun içine kalkan balığını koyup pişirin. Etler yumuşayınca başka bir yere alın. Ayırdığınız balık kemiğini pişirmeye devam edin. Suyun rengi değişinceye kadar kaynatın, süzün ve bir kenarda dursun.

Tavada kavurduğunuz sebzeleri derin bir tencereye alın, balık suyunu ekleyin. Defne yaprakları, tane karabiber, yeterince tuz ve bir limonun suyunu koyarak karıştırın ve pişirmeye devam edin.

Birkaç dakika daha pişirdikten sonra kalkan balığı parçalarını ilave edip çok kısa bir süre daha pişirin.

Kaynamaya başlayınca ateşten alıp 1 çorba kaşığı krema ekleyerek servis yapın.

Servis sırasında taze maydanoz parçacıklarını serpiştirmeyi unutmayın.