



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALKAN BALIĞI KIZARTMASI

1- 1,5 kg kalkan balığı
1 adet limon suyu
1 kahve fincanı sıvı yağ
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı dolusu kırmızı pul biber
Yeteri kadar tuz
Yeteri kadar sıvı yağ
1 su bardağı kadar un veya mısır un

Kalkan Balığı pişirmeye ilk olarak kalkan balıklarını temizleyerek başlayalım. Şayet kalkan balığını balıkçıdan temizlenmiş olarak aldıysanız bol su altında iyice yıkadıktan sonra istediğimiz irilikte dilimledikten sonra süzülmesi için bir süzgeç içine alarak bekletelim. Ardından süzdürme işlemi tamamlandıktan sonra geniş bir kabın içine temizlenmiş kalkan dilimlerini alın. Sonra üzerine 1 kahve fincan sıvı yağ, 1 adet limon suyu, 1 tatlı kaşığı dolusu kırmızı pul biber, 1 çay kaşığı silme karabiber ve yeteri kadar tuz ilave edin. Balıklarla birlikte sosu iyice karıştırarak harmanladıktan sonra soslanmış kalkan balıkları sosun iyice balığa geçerek lezzetlendirmek için yarım saat kadar bir kenarda beklemeye bırakalım.

Ardından verilen sürenin sonunda yine düz bir tabağın içine 1 su bardağı kadar un veya mısır unu ilave ederek üzerine bir miktar tuz ekleyerek önce tuzla unu harmanlayarak sos içinde bekletilen kalkan balık dilimlerini çıkartarak unu bulayalım. Ardından balık tavasına yeteri kadar sıvı yağ ilave ederek yağı kızdıralım ve una bulanmış kalkan balığı dilimlerini kızgın yağın içinde ve yüksek ateşte arkalı önlü kızartarak tabanına kağıt havlu serilmiş servis tabağına çıkartarak mevsim salatası eşlinde ve bol yeşillikle birlikte sıcak olarak servis yapalım.