



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KÖRFEZ USULÜ BALIK ÇORBASI (BODRUM MUĞLA)

Bodrum Belediyesi

500 g iskorpit (halk arasında sokkan balığı da denir)  
2 havuç  
2 patates  
1 baş kereviz  
2 dal kereviz sapı  
2 litre su  
1 yemek kaşığı tuz  
40 g un  
150 g margarin/tereyağı  
1 limon  
2 adet yumurta sarısı (tavsiye edilen köy yumurtası)

Kereviz saplarını, patatesleri ve bir adet havucu irice doğrayıp bir tencereye yerleştirin. Üzerine tuz ve suyunu ekleyin, 15 dakika kaynatın.

Balıkları ilave edin ve 8 - 10 dakika daha kaynatın.

Balıkları bir tabağa alın ve haşlama suyunu süzüp sonrası için saklayın. (Kolay pişen balıkların kılıçıkları suyun içine dağılabileceğinden süzülmesi gereklidir). Sebzeler ise bu aşamadan sonra kullanılmayacağı için atabilir ya da başka kullanım için ayırabilirsiniz.

Ayrı bir tencerede margarini/tereyağını eritin. Unu yağda sarartıp topaklanmaması için çırpma teliyle çırpın.

Ayırdığınız haşlama suyunu tencereye ekleyin. 1 adet havuç ve 1 baş kerevizi rendeleyip tencereye ilave edin ve 5 dakika kaynatın.

Haşlama suyundan 1 kepçe olarak bir kaseye dökün, yumurta sarılarını ve limon suyunu ekleyerek iyice çırpın. Bu karışımı tencerede kaynamakta olan suya yavaş yavaş yedirin. Ayıklanmış olan balıkları ilave edip 2 - 3 dakika kısık ateşte pişirip ocaktan alın ve sıcak olarak servis edin.

Not: İsteğe bağlı olarak üzerini maydanoz yaprakları ile süsleyebilirsiniz. Porsiyonu 165.6 kcal; iskorpit özellikle çorba yapımı için uygun bir balıktır; çocukların beyin gelişiminde oldukça etkilidir; sebze de içeren bu tarif özellikle A vitamini açısından zengin olup mide kuvvetlendirici etkiye sahiptir.



