



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KREMALI SARDALYA BALIK ÇORBASI

1/2 sardalya balığı (ayıklanmış, yıkanmış, süzölmüş)
45 gr (3 çorba kaşığı) tereyağı
2 arpacık soğanı (ince doğranmış)
1 çorba kaşığı maydanoz (ince kıyılmış)
1 çay kaşığı kekik
1 defne yaprağı
2 tatlı kaşığı karabiber
3/4 su bardağı su
1 çorba kaşığı kereviz rendesi
4 çorba kaşığı un
1/2 su bardağı süt (kaynatmadan ısıtılmış)
1/2 su bardağı balık suyu (ısıtılmış)
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı hindistancevizi rendesi
125 gr (1/2 su bardağı) krema

1 çorba kaşığı yağla, büyük bir tencereyi yağlayınız. Doğranmış soğanı tencerenin dibine koyup, üstüne; maydanoz, kekik ve defne yaprağını ekleyiniz. Başları ve kılçığı alınmış sardalyaları üstüne dizip, 1 tatlı kaşığı karabiber serpiniz. Sonra suyu ekleyiniz. Tencereyi orta ateşe oturtup kaynatınız. Kaynayınca delikli bir kepçeyle balıkları tencereden çıkarıp bir kaseye koyunuz. Balıkların piştiği suyu süzöüp bir kenara bırakınız. Başka bir büyük tencerede, kalan 2 çorba kaşığı yağ orta ateşte kızdırıp, kereviz rendesini ekleyerek 3-4 dakika kavurunuz. Tencereyi ateşten indirip, unu kattıktan sonra yeniden ağır ateşe oturarak, 2-3 dakika pişiriniz. Süt ve balık suyunu yavaş yavaş sürekli karıştırarak ekleyip, ateşi açarak kaynatınız. Tenceredeki karışım kaynamaya başladıktan sonra ateşi kısıp, 15 dakika ağır ateşte pişiriniz. Tencereyi ateşten indirip, süzmüş olduğunuz balı haşlama suyunu ekleyerek, tuzu, kalan 1 tatlı kaşığı biberi ve hindistancevizi rendesini serpiniz. Balıkları ve kremayı ekleyip, tencereyi ağır ateşe oturtunuz. Çorbayı 6-7 dakika ısıttıktan sonra servis ediniz.