



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LİMON SOSLU BALIK

1000 gr. beyaz etli bir balık
2 çorba kaşığı tuz
8 bardak su
1 adet havuç
1.5 kahve fincanı limon suyu
1 baş soğan
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 diş sarımsak
1/4 demet maydanoz

1) Bir tencereye 8 bardak su, 1 adet havuç, 1 baş soğan, 1 diş sarımsak, 2 çorba kaşığı tuz ve pulları kazınmış iç ve kulak tabir edilen galemleri temizlenmiş, enliliğine doğru ikiye kesilmiş ve iyice yıkanmış 1000 ağırlığındaki beyaz etli bir balık koyduktan sonra, kapağı kapatılmış olarak tencereyi kuvvetlice ateşe oturtmalı ve su kaynar bir hal aldıktan sonra balıkları ancak 4 ilâ 6 dakika arasında haşlamalı, sonra da balıkları sudan çıkararak soğumaya bırakmalıdır. (beyaz etli balıklar: levrek, kefal, mercan; sinarit, kırlangıç, skorpit ve sairedir).
2) Soğuyunca, üstündeki deri ve içindeki kılçıkları ayıklama ve küçük parçalara ayırdıktan sonra bir tabağa uzunluğuna doğru muntazam bir şekilde tanzim etmeli, diğer taraftan da bir kâseye 1.1/2 kah. fincanı limon suyu, 1 kah. fin. zeytinyağı ile kıyılmış 1/4 demet maydanoz koyarak salçayı çatalla döğmeli sonra da bunu balıkların üstlerine dökmeli ve servis yapılmalıdır.