



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LÜFER IZGARASI

Malzeme :

8 adet balık

2 adet soğan

1 iri limon

1 fincan zeytinyağı

1 demet maydanoz

2 adet yumurta «yalnız sarısı»

4 parça sakız

Yapılışı:

Balıklar temizlenip soğan suyu «Rendenin ince tarafından soğanların geçirilmesi ile elde edilir» tuz ve bir iki çay kaşığı karabiberde bir iki saat bekletilir. Zeytinyağı ile limon suyu çalkalanarak iyice karıştırılır. Balıklar soğan suyundan alınıp silkelenerek yan taraflarına keskin bir bıçakla üçer çizgi çekilir ve zeytinyağı ile silinmiş ızgarayla tercihan kömür ateşi üzerine dört parmak mesafede konur. Izgarada balıklar pişerken çevrilir ve bu sırada da hazırlanmış olan limonlu yağ ile devamlı olarak yağlanır. Böylece nar gibi ızgara edilen balıklar bir genişçe tabağa alınıp üzerlerine gayet ince kıyılmış maydanoz ve rendelenip oğularak suyu çıkarılmış soğan karışımı ilâve edilerek servis yapılır.

Eğer arzu edilirse balıklar ızgaradan alındıktan sonra maydanoz-soğan karışımı ağızlarına doldurulur. Beri yanda yumurtaların sarısı ile bir kaşık zeytinyağı, limon suyu ve sakız birbirleri ile bağdaşınca ve yumurta kokusu çıkıncaya kadar dövülür. Balıklar sıcak sıcak tabağa dizildikten sonra bu karışım üzerlerine gezdirilerek servis yapılır.