



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTAR SOSLU MEZGİT FİLETOSU

4 mezit balığı (her biri yaklaşık 350 g fileto çıkarılıp, derileri alınmış)

1/2 tatlı kaşığı tuz

bir tutam karabiber (taze çekilmiş)

3 çorba kaşığı limon suyu

30 cl. (1 1/4 su bardağı balık suyu)

250 g mantar (yıkayıp, kurulandıktan sonra, ince doğranmış)

15 g (1 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı

15 g (2 çorba kaşığı) un

35 g (2 çorba kaşığı) krema

750 g taze patates (yıkayıp, kabukları kazınmış)

2 çorba kaşığı maydanoz (kıyılmış)

Filetoları soğuk su altında çalkalayıp, kâğıt mutfak havlusuyla kuruttuktan sonra, deri yanları üste gelecek biçimde mutfak tezgâhının üstüne serin. Tuzun yarısı, karabiber ve limon suyunun 1 çorba kaşığını üstlerine serpiştirip, her filetoyı baş bölümünden kuyruğuna doğru yuvarlayarak rulo halinde sarın.

Ruloları küçük bir tencereye koyup, üstlerine balık suyunu dökün. Tencerenin kapağını sıkıca kapatarak, orta ateşe oturtup, balıkları 8-10 dakika pişirin.

Bu arada başka bir tencerede patatesleri haşlayın. Mantarları bir kâseye koyup, kalan limon suyunu üstlerine dökerek, iyice karıştırın.

Delikli spatulayla mezit rulolarını kâğıt mutfak havlusu üstüne çıkarın. Suları iyice süzüldükten sonra bir servis tabağına dizip, tabağın üstünü alüminyum folyoyle örterek bir kenara bırakın.

Tenceredeki balık suyunu 25 cl (1 su bardağı) kalıncaya kadar kaynatmayı sürdürürken, bir başka tencerede tereyağını eritin. Eriyince karıştırarak unu katıp, öbür tenceredeki balık suyunu üstüne boşaltın ve sürekli karıştırarak bir taşım kaynatın. Kaynayınca mantarları ve kalan tuzu ekleyip, ateşi kısarak, mantarları yumuşayınca kadar (5 dakika) pişirin. Karıştırarak kremayı ekleyip, sosu 1 dakika daha pişirin. Tencereyi ateşten alıp, kapağını kapatarak bir kenara bırakın.

Patatesler haşlanınca (hafifçe sert kalmalıdır) bir süzgeçte süzüp, dilimleyin. Servis tabağının üstündeki alüminyum folyoyu alıp, tenceredeki kremalı sosu bir kaşıkla mezit rulolarının üstüne boşaltın. Sıcak patates dilimlerini yanlarına ve aralarına dizip, patateslerin üstüne maydanozları serptikten sonra, servis yapın.