



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTARLI AKYA BUĞULAMA

- 6 orba kaşığı piyaz doğranmış mantar
- 1 kahve fincanı sirke
- 2 adet defne yaprağı
- 1 kahve fincanı balık suyu
- 4 adet akya filetosu (150'şer gramlık)
- 4 orba kaşığı krema
- 1 tatlı kaşığı tereyağı
- 1/2 tatlı kaşığı tuz
- 1 bağ kıyılmış maydanoz

Ateşe dayanıklı bir cam kap gvecin iini hafif yağlayıp balıkları yerleştiriniz. Üzerlerine yarımşar defne yaprağı, onun da üzerine mantarı ilve ediniz. Tuzunu, sirke ve balık suyunu ve her balığın üzerine 1'er kaşık kremasını koyup ağzını sıkıca kapatarak ağır ateşe 12 dakika pişiriniz. Bir palet ile kırmadan balıkları başka bir kaba alınız. Balığın sosu yarım bardak olmalıdır. Fazla ise kaynatıp çektirip, ateşten alınız. Tereyağını ve maydanozu karıştırarak yedirip hemen balıkların üzerine döküp servis yapınız.

Not: Akya bir Akdeniz balığıdır, sert etlidir.
