



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTARLI BALIK (ÇİN)

Malzeme

- 5 adet iri mantar
- 1-1,5 kg. balık (Alabalık, Barbunya, Levrek)
- 2 sap maydanoz
- 2 adet soğan
- 50 gr. jambon
- 3 adet taze soğan
- 1 diş sarımsak
- 3 yemek kaşığı soya sosu
- 2 yemek kaşığı sirke
- 2 yemek kaşığı tavuk suyu
- 2 çay kaşığı mısır unu

Mantarları ılık suda 15 dakika ıslatın. Bir kaba doğrayın. Balığı iki tarafından boylamasına ikiye bölün. Soğanları, sarımsak, sirke, tavuk suyu ve mısır ununu karıştırın. Balığın üzerine dökün ve 30 dakika bekletin. Maydanozu, taze soğanları ve jambonu incecik dilimleyip, mantarlarla beraber karıştırın. Balığı ısı geçirmeyen bir tabağın üzerine koyun. Diğer malzemeyi de balığın üzerine serpin. Balığı 15-20 dakika (kızarana kadar) harlı ateşte pişiriniz. Kayık tabağına koyup hemen servis yapınız.
