



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI DİL BALIĞI (IZGARA)

MALZEMELER

1 adet dil balığı
20 gram tereyağı
50 gram mantar
1 adet salatalık
1 tatlı kaşığı limon suyu
1 adet domates
2 adet biber
1 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz

YAPILIŞ TARİFİ

Ön hazırlık olarak balığı bol suyla yıkayın. Keskin bir bıçak yardımıyla pullarını temizleyin. Balığın üzerine bir fırça yardımıyla zeytinyağı sürün.

Daha sonra yağladığınız balığı 10 dakika ızgarada pişirin.

Mantarları tereyağında bıraktığı suyu çekene dek sote edin. Ve dil balığının üzerine koyun. Balığın yanında ikram edeceğiniz salata için öncelikle domatesin kabuğunu soyun ve kuşbaşı iriliğinde doğrayın. Salatalık ve biberleri de kuşbaşı iriliğinde doğrayın.

Hepsini bir kap içinde karıştırdıktan sonra üzerine limon suyu döküp, köri ve tuz serptikten sonra balığın yanında servis yapabilirsiniz.