



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTARLI DİL BALIĞI FİLETOSU

Kullanılacak malzeme (4 kişi için):

2 dil balığı,
1 baş soğan,
100 gram kültür mantarı,
1/5 litre çiğ krema,
20 gram tereyağı,
1 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz,
yeteri kadar tuz ve karabiber.

Yapımı:

Nemli ve temiz bir çuval parçasıyla ovarak mantarların üzerlerindeki zarları gidermeli. Mantarların saplarıyla başlıklarını birbirlerinden ayırmalı. Dil balıklarının her birinden dörder fileto çıkarmalı. Kayık biçimindeki bir pyrex tencereyi hafifçe yağa buladıkcan sonra bunun üstüne rendelenmiş soğanla mantarları yaymalı. Bunların üstüne tuzlanmış ve biberlenmiş dil balığı filetolarını yerleştirmeli. Kabın ağzını alt tarafı yağa bulanmış bir alüminyum kâğıdıyla örtüp iyice kapatmalı.

Kabı orta ısı bir fırına koyup onbeş dakika kadar orada bıraktıktan sonra çıkarmalı.

Kaptaki sulu salçayı bir kuşaneye süzmeli Bunu kaynatmalı ve çıprılmakta olan çiğ kremayı katmalı. Salça hafifçe koyulaşınca bunu sıcak bir yerde tutulan pyrex kaptaki dil balığı filetolarının üzerlerine gezdirerek dökmeli. Bunun üstüne de kıyılmış maydanozu serpip servis yapmalı.