



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI MİNEKOP BUĞULAMA

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

- 1) Ateş e dayanıklı bir cam kap güvecin iini hafif yağlayıp balıkları yerleşt i r i n i z. Üzerlerine yarımş ar defne yaprağı, onun da üzerine mantarı ilâve ediniz.
- 2) Tuzunu, sirke ve balık suyunu ve her balığın üzerine 1'er kaş ık kremasını koyup ağız nı sıkıca kapatarak ağır ateş te 12 dakika piş i r i n i z.
- 3) Bir palet ile kırmadan balıkları baş ka bir kaba alınız. Balığın sosu yarım bardak olmalıdır. Fazla ise kaynatıp çektirip, ateş ten alınız.
- 4) Tereyağını ve maydanozu karış tırarak yedirip hemen balıkların üzerine döküp servis yapınız.