



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MARUL YAPRAĞINDA BALIK

4 kişilik gerekli malzeme:

Her biri 700 gramlık iki adet beyaz etli balık

2 adet marul

3 adet iri pırasa

Yaklaşık 1 su bardağı süt

1 su bardağı taze krema

1,5 çorba kaşığı tereyağı

3 çorba kaşığı zeytinyağı

Tuz

Karabiber

Kekik

1 kepçe sıcak su

Pırasaları ince ince dilimleyin. Üçte birini bir kaseye koyun. Süt, krema, 1 tutam tuz ve karabiber ilave edin. Kısık ateşte koyulaşmaya kadar pişirip sosu hazırlayın.

Kalan pırasayı 1,5 kaşık tereyağı ile 2 çorba kaşığı zeytinyağında sote edin. Marulun yapraklarını tek tek yıkayıp süzün. İri yaprakları ayırıp kalanları ince şerit halinde doğrayın ve pırasaya ilave edin. Tuz, biber ve kekikle tatlandırın. Çatalla ezerek püre haline getirin.

Balığı temizleyin, yan tarafından düzgünce keserek kitap gibi ikiye açın. Kılçıklı kısımlarını çıkarın. Hazırladığınız pırasa pürelili karışımla doldurup kitap gibi kapatın.

Ayırdığınız marul yapraklarını kaynamış tuzlu suya batırıp çıkarın. Delikli bir kepçe ile alarak temiz bir mutfak bezinin üzerine özenle açarak yan yana yayın. 3-4 yaprağın üzerine bir balık koyarak sarın. Üzerlerine 1 kaşık yağ gezdirerek tuz ve biber ekin. 1 kepçe kaynar su ile ıslatıp fırına verin. 180 dereceye önceden ayarlı fırında 25 dakika kadar pişirin. Pişme esnasında fırından çıkarıp pişme suyunu kaşık kaşık olarak balığın üzerine dökün ve üzerini alüminyum kağıtla kaplayın. Hazırladığınız sıcak sosu üzerine gezdirip servis yapın.