



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MAYONEZLİ BALIK

Levrek, kefal, mercan, sinarit gibi balıklardan

1000 gram beyaz etli balık

8 bardak su

1 adet havuç

1 baş soğan

2 diş sarımsak ve maydanoz kökü

Tuz

MAYONEZİ:

2 adet yumurta sarısı

2 adet limon

225 gram rafine zeytinyağı (1 1/4 bardak)

1 tatlı kaşığı tuz

1 Bir tencereye; 8 bardak su, kızarmış 1 havuç, kabukları soyulmuş ve dörde bölünmüş 1 soğan, 2 diş sarımsak, 1 maydanoz kökü, 1 çorba kaşığı tuz ile, pulları kazınmış, iç ve solungaçları çıkarılmış ve ikiye kesilmiş 1 kg. beyaz etli balık koyarak, kapağı kapatılmış olarak, tencereyi kuvvetlice ateşe oturtmalı ve tenceredeki su iyice kaynar bir hal aldıktan sonra balıkları ancak 6-7 dakika arasında haşlamalıdır.

2 Balıklar haşlandıktan sonra; bunları bir delikli kepe ile tencereden çıkararak, ılındıktan sonra kılçık ve derilerini ayıklamalı, sonra da balıkları küçük parçalara ayırarak bir tabağa döşemeli ve iyice soğuduktan sonra yanında; malzemesinden hazırlanmış mayonez olduğu halde balıkları servis yapmalıdır.

Not: Siyah etli balıklar haşlamaya elverişli değildirler. Genellikle pulatsız balıklar siyah etlidir.