



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAYONEZLİ BALIK

Malzeme:

250 gram beyaz etli balık
1 adet kuru soğan (küçük boy)
1 adet defne yaprağı
½ havuç
1 çay kaşığı tuz
Mayonez için:
1 çorba kaşığı un
1 adet yumurtanın sarısı
1 çay bardağı sıvı yağ
1 limonun suyu
½ çay kaşığı tuz

Yapılışı:

Balığın içini, eğer pullu balıksa pullarını temizleyin. Bir tencereye balığı örtecek kadar su doldurun. Tuzu koyup karıştırın. Kuru soğanı soyup dörde bölün. Soğan, defne yaprağı ve havucu ekleyin. Balığı da koyup kaynatın. Kaynadıktan yaklaşık 10 dakika sonra balığı alın. Derisini ve kılçıklarını ayıklayın. Beyaz etlerini çok küçük olmayan parçalara bölünp bir kaba alın.

Yumurtanın sarısını iyice çirpın. Sıvı yağı damla damla ilave ederken çirpmaya devam edin. Aynı şekilde limonun suyunu da ilave edin. Unu da yavaş yavaş ilave ederek karıştırmaya devam edin. Tuzu ekleyip tekrar karıştırın. Hazırlamış olduğunuz mayonezi balıkların üstüne döküp harman edin. Servis tabağına alıp üzerine az zeytinyağı gezdirin. Siyah zeytin ve kornişon ile süsleyip soğuk servis yapın.

Notlar:

Bu tarif için bütün beyaz etli balıklardan; kırlangıç ve levrek en uygun olanlarıdır. Mayonezi yapmak zahmetine katlanmak istemiyorsanız hazır mayonez de kullanabilirsiniz. Balığı haşladığınız suyu atmayın. Balık suyu çok kıymetlidir. Pilavda veya çorba yapımında kullanabilirsiniz.