



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAYONEZLİ MEZGİT

1 kg mezgıt
1 soğan
1 havuç
2 su bardağı su
3 defne yaprağı
Yarım limon suyu
1 küçük boy mayonez
Biraz tuz ve karabiber

Mezgıtları ayıklayıp, yıkayın. Balık, dörde bölünmüş soğan, havuç, defne yaprağı, tuz, karabiber ve limon suyunu bir tencereye koyun. Malzemelerin üzerine 2 su bardağı su ekleyip kaynatın. Kaynarken suyun yüzeyinde oluşan köpüğü delikli bir kepçe ile alın. Mezgıt pişinceye kadar 10-15 dakika haşlayın. Balığı kendi suyu içinde soğuttuktan sonra suyunu süzün, derisini ve kılçıklarını çıkartıp, küçük parçalara bölün. Balık parçalarının üzerine mayonezle kaplayıp çatalla şekillendirin. Mayonezli mezgıt salata yaprakları, limon dilimleri ve dereotu ile süsleyip servis yapın.