



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MISIR EKMEĞİ İLE HAMSİLİ TART

250 gram mısır ekmeği
150 gram soğuk margarin
3-4 orba kaşığı tam buğday unu
1,5 kilo hamsi ayıklanıp kılçıkları ıkmiş
2-3 orba kaşığı yağ
Tuz
Karabiber
1 demet roka yaprakları

Buzdolabından çıkarttığımız margarini robotta krema gibi çırparken içine 2-3 çorba kaşığı tam buğday ununu katıyoruz. Ardından dilimlediğimiz mısır ekmeğini de ilave edip bildiğimiz tart hamuru kıvamına gelene kadar karıştırıyoruz. Sonra hamuru elimizde iyice yoğurup yağlanmış yaklaşık 28 cm. apındaki kalba iyice yayıyoruz. Tabii ki uygun boyutta dikdörtgen kalıp da olabilir. Hamurun kalınlığı yarım parmağı geçmemelidir. Kenarlarını iyice yükselttikten sonra 180 dereceye ısınmış fırında 15-20 dakika pişiriyoruz. Bu işlemi sabahtan yapıp hamsiyi hamurun üzerine akşamüzeri yerleştirebilirsiniz.

Tart hamurumuzun üzerine bir miktar galata unu serpiyoruz ki hamsilerin ıslaklığı hamuru fazla yumuşatmasın. Kılıkları ıkmiş iyice yıkanıp süzölmüş ve yüz yüze yatırılmış hamsilerimizi yağ tuz ve karabiberle tatlandırıyoruz. Balıkların tamamını şekilde göröldüğü gibi mısır ekmecli tartın üzerine yerleştiriyoruz. Bu arada eğer arzu ederseniz, balıkların iki katı arasına pembeleştirilmış halka soğanları da yerleştirebilirsiniz. Önce fırınımızı 180 dereceye ısıtıp 15 dakika pişiriyor, ardından fırınımızın ızgara bölümunü açıp 15 dakika da sadece balıkların üzerini kızartıyoruz.

