



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

OTLU FENERBALIĞI KAVURMA

1 kilo fener balığı
7-8 arpacık soğan
5-6 kiraz domates
3 diş sarımsak
3 yeşil biber
2 çorba kaşığı soya sosu
1 çay bardağı sıvı yağ
Tuz, karabiber, kekik, pul biber
1 demet kuzu kulağı
4-5 yaprak pazı
1 küçük demet ıspanak
Yarım demet nane
3-4 dal taze fesleğen
3-4 dal taze reyhan
Domates sosu için:
3 çorba kaşığı zeytinyağı
2 diş sarımsak
3 domates
Yarım demet taze fesleğen
Tuz
Bir tutam toz şeker

Domates sos için kıyılmış sarımsakları zeytinyağında çevirin. Rendelenmiş domatesi, fesleğeni, tuzu ve şekeri ekleyin. 5 dakika pişirip ocaktan alın. Yeşillikleri yıkayıp irice doğrayın. Zeytinyağının yarısını geniş ve çukur bir tavada ısıtın. Doğranmış yeşillikleri 5-6 dakika çevirip tavadan alın. Daha sonra kullanmak üzere bir kenarda bekletin. Kalan zeytinyağını aynı tavanın içerisinde ısıtın. Arpacık soğanları ekleyip karamelize olana dek kavurun. Kıyılmış sarımsakları ve iri parçalara bölünmüş balığı ilave edip kavurmaya devam edin. Balıklar pişince kiraz domatesleri, doğranmış biberleri, soya sosunu ve baharatını ekleyerek tatlandırın. Yanında sunacağınız domates sosla soğumadan servis edin.