



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATATES HAMURUNDA SOMON

MALZEME

Garnitür:

300 g arpacık soğanı,

1 çorba kaşığı tereyağı,

1-2 çorba kaşığı bal,

tuz,

sirke,

500 g brokoli

500 g patates,

1 somon balığı filetosu, net 800 g,

150 g tereyağı,

tuz,

karabiber,

200 ml elma sirkesi

kekik,

limon suyu,

2 arpacık soğanı,

60 g krema,

rendelenmiş hintcevizi.

1. Soğanları ayıklayın, küçükleri 2'ye, büyükleri 4'e bölün. Soğanları ve 1 çorba kaşığı tereyağını bir tavaya koyun, soğanlar yumuşayınca dek karıştırın. Bal ilave edin, 15 dakika devamlı karıştırarak kaynatın, suyu iyice çekilsin. Tuz ve sirke ekleyin.
2. Brokolileri küçük parçalara ayırın, yıkayın, saplarını çapraz olarak kesin. Brokolileri kaynar tuzlu suda 3-4 dakika haşlayın ve bir süzgece alarak suyunu süzün.
3. Patatesleri soyarak yıkayın, 1 -2 mm kalınlığında dilimleyin, suya atın. Fırını 200 derecede ısıtın. Balığı yıkayarak kurulayın.
4. Fırın tepsisine tereyağı sürün. Patates dilimlerini kurulayın ve balık pulu şeklinde, filetonun büyüklüğünde tepsiye dizin, tuz, karabiber ve kekik koyun. Balık filetosunu patateslerin üstüne koyun, limon suyu gezdirin, tuz serpin. Kalan patates dilimlerini filetonun üstüne dizin. Patateslerin üstüne 80 g eritilmiş tereyağı gezdirin.
5. Tepsiyi orta raya sürün ve yaklaşık 20 dakika kızartın.
6. Sos için soğanları ayıklayarak ince kıyın. Soğanları ve sirkeyi kaynatın, suyunu iyice çektirin. Suyunu çektirdikten sonra krema ilave edin, bir taşım kaynatın. Sosu tel süzgeçten geçirin, 50 g soğuk tereyağı karıştırın.
7. Brokolileri çok sıcak tereyağında çevirin, tuz, karabiber ve hintcevizi ile tatlandırın. Grili açın ve balığı yaklaşık 4 dakika süreyle üstten pişirin, patateslerin kenarları ktır ktır olmalı. Patatesli balığı fırından çıkartın, keskin bir bıçak ile dilimleyin. Sos, brokoli, soğan ve kekik ile dekore edin.