



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATATESLİ BALIK KÖFTESİ

Temizlenmiş, kılçığı çıkmış balık filetolarını yıkayınız. Bir tavaya sütü döküp içine balıkları, yerleştiriniz. Defne yaprağını, limon kabuğu rendesini ilave edip 10 dakika pişiriniz.

Patatesleri soyup, 15 dakika tuzlu suda haşlayınız. Haşlanmış patatesleri balığı pişirdiğiniz süttten 3-5 kaşık alıp ezerek püre yapınız. Püreye haşlanmış balık etlerini ekleyiniz.

Patates püresiyle karıştırdığınız balık etlerine yeterince tuz, biber ekiniz. Arzu ederseniz sulandırılmış bir çorba kaşığı domates salçası veya suyu ilave edip bütünleştiriniz.

Çalıştığınız zemini ve ellerinizi hafifçe unla-yarak, yaptığınız hamurdan sekiz santim çapında, dört santim kalınlığında irice yuvarlak köfteler yapıp una bulayınız.

Yumurtaları bir cam kâseye kırıp, omlet yapar gibi çırpınız. Yaptığınız köfteleri önce una bolca bulayınız. Sonra bayat ekmek kırıntısıyla her yanını muntazam örtünüz.

Bir tavaya bolca kızartma yağı koyunuz. Hazırladığınız köfteleri yarısına kadar kızgın yağa batırarak, her iki yüzünü 4-5 dakika altın sarısı rengi alıncaya kadar kızartınız.

[ML® Patatesli Balık Köftesi Videosu](#)