



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATATESLİ BALIKLI SUFLE

Malzemeler

2 adet orta boy patates
250 gr. çeşitli fileto balık
1 adet ince doğranmış dolmalık biber
1 adet kıyılmış soğan
3 diş sarımsak
4 adet yumurta
100 gr. rende kaşar
2 kaşık tereyağı
1 çorba kaşığı hindistancevizi
1 kaşık limon suyu
galeta unu
tuz
karabiber.

Yapılışı

Yağ tencereye alınır kızdırılır, soğan ve biberler atılarak kavrulur. Balıklara tuz ve biber ilave edilir. Ağır ateşte limon suyu ilavesi ile suyunu çekinceye kadar pişirilir. Patatesler soyulup doğranır. Suda yumuşayınca kadar haşlanır. Blenderle püre haline getirilir. Yumurta sarıları ile birlikte balıklara ilave edilir. Yumurta beyazları çırpılarak kar haline getirilir. Balıklı karışıma ilave edilir. Sülfe kabı yağlanıp içine galeta unu serpilir. Hazırlanan karışım kaba boşaltılır. Üzerine kaşar rendesi serpilerek fırında kızartılır.