



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PECHES

Nedim Atilla

MALZEMELER:

250 gram beyaz etli balık
2 dilim ekmek
1 adet yumurta
1 adet soğan
Köfte baharı
Tuz
1 su bardağı ayçiçek yağı
Yarım demet maydanoz
1 adet yaprakları ayrılmış marul

HAZIRLANIŞI:

250 gram balığı haşlayın. Sudan aldıktan sonra, ayıklayın. Derin bir kaba 2 dilim ekmeği ufalayın, 1 adet yumurta, 1 adet rendelenmiş soğanı da kaba alıp, malzemeleri yoğurun. Köfte baharı ve dilediğiniz kadar tuz ekleyin. Yoğurmaya devam edin. Hazırladığınız köfte hamurundan küçük parçalar koparıp, elinizle köfte şekli verin, 1 su bardağı ayçiçek yağını tavada kızdırın. Balık köftelerini yağa atıp maşayla çevirerek kızartın. Tüm köfteleri kızartınca, servis tabağına marul yapraklarını dizin. Üzerine köfteleri yerleştirin. Maydanoz ve dilerseniz limon dilimleriyle servis yapın.