



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PESTO SOSLU BALIK SALATASI

[Sahrap Soysal](#)

1 adet büyük boy palamut balığı (veya 1 kg kadar levrek balığı)
2 adet orta boy soğan
2-3 adet kuru defne yaprağı
2 çay kaşığı tuz
karabiber
Pesto sos için:
1 demet taze fesleğen yaprağı
1 adet taze soğanın yeşil kısmı
2 diş sarımsak
1 su bardağı sızma zeytinyağı
½ demet dereotu
1 adet limon suyu
1 çay kaşığı tuz
karabiber

Palamut balığını ya da levrek balığını (veya herhangi bir beyaz etli balıkta olabilir) balıkçınızda ayıklatıp, fileto olarak hazırlatın. Yani kemiğini ve kılçıklarını ayıklatıp küçük parçalar halinde dilimletin.

Dilimlenmiş balık parçalarını orta boy bir tencereye koyup üzerine iki parmak çıkacak kadar ılık su katın. Soğanları soyup dörde bölerek defne yapraklarıyla beraber tencereye ilave edin. Tuz ve karabiberlerini serpiştirip orta ısı ateşte balıklar iyice yumuşayınca dek pişirip, suyunu süzün. (Balık suyunu pirinç ve patatesle pişirip ayrıca bir çorba yapabilirsiniz.)

Suyu süzülen balıkları elinizle didikleyip ufak parçalara ayırın. Ve derin bir kabın içine aktarın.

Bu arada pesto sos için mutfak robotunun içine fesleğen yapraklarını ve taze soğanın ince dilimlediğiniz yeşil kısımlarını koyun. Üzerine sarımsak, ayıklanmış dereotu ve limon suyunu ekleyin. Tuz ve karabiberlerini serpiştirip sızma zeytinyağını dökün. Robotu çalıştırın ve tüm malzemeler iyice ezilip püre haline gelinceye kadar çekin.

Hazırladığınız sosu balıkların üzerine gezdirip, karıştırın. Ilık olarak servise sunun.