



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PİRİNÇLİ BAKALYARO

Kullanılacak malzeme (6 kişi için):

1+1/2 kiloluk morina balığı,
400 gram pirinç,
700 gram olgun domates,
1 baş soğan,
1 diş sarımsak,
2 dolmalık biber,
1 demet maydanoz,
1 kaşık un,
5-7 kepçe et suyu,
1 gram zerdeçal,
5 çorba kaşığı zeytinyağı,
yeteri kadar tuz ve karabiber.

Yapımı: Morina balığı tazeysen ayıklandıktan sonra bol akarsuda yıkamalı, kurutularak bakalyaro durumuna getirilmiş ise vakit vakit çevirerek birkaç saat suda tutmalı. Sonra bol akarsuda iyice yıkayıp suyunu süzmeli ve güzelce kurulamalı. Kuruladıktan sonra parça parça kesmeli. Beri yanda bir tencereye beş kaşık zeytinyağı koyarak ateşe oturtmalı. İçine yıkanmış ve yuvarlak olarak doğranmış dolmalık biberlerle rendelenmiş soğanı ve sarmısağı, yıkanmış kıyılmış maydanozu katmalı. Hafif ateşte sebzeler diriliğini kaybedinceye kadar kavurmalı. Sonra yıkanmış, kabuğu soyulmuş, çekirdekleri çıkarılmış ve büyük parçalara doğranmış olan domatesle birlikte yeteri kadar tuz ve karabiberini de katmalı ve 10 dakika kadar pişirmeli.

Bu süre sonunda, doğranmış morina balığını unlayıp salçanın içine katmalı. Zerdeçalı da bir fincan ılık suda eriterek tencerenin içine dökmeli. Tencerenin kapağını kapatarak içindekileri 20 dakika pişirmeli.

Beri yanda yıkanmış olan pirinçleri tuzlu kaynar suda on dakika kadar haşlamalı. Sonra suyunu süzüp balığın üzerine dökmeli, tahta kaşıkla karıştırmalı. Sonra beş kepçe sıcak et suyu katarak arada sırada karıştırmak suretiyle tenceredekileri 15 dakika pişirmeli. (Eğer gerekirse bir iki - kepçe daha et suyu katabilirsiniz). Bakalyaro piştikten sonra ateşten indirmeli ve birkaç dakika dinlendirdikten sonra servis yapmalı.