



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİRİNÇLİ BALIK ÇORBASI

250 gram balık (beyaz etli)
1 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
1 soğan (ince doğranmış)
2 tatlı kaşığı sarımsak (ince kıyılmış)
1 küçük defne yaprağı
45 g (3 çorba kaşığı) pirinç
bir tutam safran
1/2 tatlı kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
1 iri, olgun domates (kabuğu soyulup, çekirdekleri çıkarıldıktan sonra, ince kıyılmış)
2 çorba kaşığı maydanoz (kıyılmış)

Bir tencereye 1 litre (4 su bardağı) su koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, bir taşım kaynatın. Kaynayınca balık etlerini suya koyup, yaklaşık 5 dakika haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, balık etlerini delikli kepçeyle bir tabağa çıkarın (pişme suyunu saklayın).

Kalın dipli bir tavaya zeytinyağını koyup, tavayı orta ateşe oturtarak, yağı ısıtın. Isınca soğanları, sarımsakları ve defne yaprağını ekleyip, soğanlar saydamlaşınca kadar (yaklaşık 5 dakika) pişirin.

Tenceredeki balıkların pişme suyunu, içine birkaç kat tülbent döşenmiş tel süzgeçten bir kâseye süzüp, yeniden tencereye aktarın. Tavadaki soğanlı karışım, pirinç, safran ve limon suyunu ekleyip, tencereyi orta ateşe oturtarak, karışımı bir taşım kaynatın. Kaynayınca ateşi kısıp, tencerenin kapağını kapatarak, karışımı 10 dakika pişirin. Domatesleri ekleyip, 5 dakika pişirdikten sonra, maydanozları katarak, 2 dakika daha pişirin. Haşlanmış ve didiklenmiş balık etlerini koyup, ısınca tencereyi ateşten alarak, 4 çorba kâsesine bölüştürün ve bekletmeden servis yapın.