



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PIRİNÇLİ IZGARA YILANBALIĞI (JAPON)

500 g yılanbalığı

1 tatlı kaşığı sirke (tercihen pirinç sirkesi)

200 g (yaklaşık 1 su bardağı) dolmalık pirinç

Sosu:

3 çorba kaşığı soya sosu

1 çorba kaşığı zencefil (ince kıyılmış) ya da bir tutam toz zencefil

1 çorba kaşığı tozşeker

1 çorba kaşığı bal

bir tutam kırmızıbiber

Bir tencereye 50 cl (2 su bardağı) su ve sirkeyi koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, suyu kaynatın. Pirinçleri ekleyip, tencerenin kapağını sıkıca kapatarak, ateşi kısın ve pirinçleri ara sıra karıştırarak, bütün suyunu çekinceye kadar (yaklaşık 20 dakika) pişirin.

Bu arada yılanbalığını alt bölümü tezgâha gelecek biçimde tutup, keskin bir bıçakla kafasını solungaçlarının altından keserek atın. Bıçağı balığa paralel tutup, balığın sırt yüzgeci doğrultusunda çalışarak, filetoları kılçıktan ayırın ve balığı uzunlamasına ikiye kesin. Aynı işlemi balığın öbür yüzü için uygulayıp, filetolara takılı kalmış iç organ parçalarını keserek atın. Filetoları akarsu altında yıkayıp, her 2 filetoyu da verevine 2'ye kesin.

Büyük bir tencereye 1 cm yükseklikte su koyup, içine delikli buğulama kabı oturtun. Yılanbalığı filetolarını buğulama kabına koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca ateşi kısıp, tencerenin kapağını kapatarak, filetoları 7 dakika kadar buharda pişirin.

Öbür tencereyi ateşten alıp, haşlanmış pirinci bir kenarda demlenmeye bırakın. Sosu hazırlamak için soya sosu, zencefil, tozşeker, bal ve kırmızıbiberi küçük bir tencerede karıştırın ve tencereyi orta ateşe oturtup, karışımı bir taşım kaynatın. Kaynayınca ateşi kısıp, suyunu yarı yarıya çekinceye ve koyulaşınca kadar (7-10 dakika) sosu pişirin. Fırınınızın ızgarasını yakın.

Sos pişince tencereyi ateşten alıp, balık filetolarının her iki yanlarına fırçayla sostan sürerek, bir kenarda 5 dakika bekletin. Sonra fırçayla yeniden her iki yanlarına sostan sürüp, ateşe dayanıklı bir kaba yerleştirin ve kabı fırın ızgarasının 7,5 cm altına yerleştirerek, filetoları 3 - 4 dakika ızgara edin. Dikkatlice altüst edip, fırçayla sostan biraz daha sürdükten sonra, öbür yanlarını da 2 - 3 dakika ızgara edin.

Bu arada haşlanmış pirinci, parmaklarınızla sıkıştırarak, her biri 5 cm boyunda, 2 cm eninde ve 2 cm kalınlığında dilimler (toplam 16 dilim) haline getirin ve bir servis tabağına dizin. Balık kabını fırından alıp, filetoları çaprazlamasına 16 parça halinde kesin. Her fileto parçasını, tabaktaki bir haşlanmış pirinç dilimi üstüne koyup, kalan sosu fırçayla fileto parçalarının üstlerine sürerek, bekletmeden servis yapın.