



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PORTAKALLI VE ENGİNARLI KIRLANGIÇ

<https://www.takvim.com.tr>

1,5 kg kırlangıç balığı  
1 adet portakal  
6 adet konserve enginar  
Bir buçuk su bardağı portakal suyu  
1'er adet kırmızı ve siyah biber  
3 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı zeytinyağı  
3 çorba kaşığı tereyağı  
4 adet kurutulmuş domates  
Tuz  
Karabiber

Ayıklanmış balıktan fileto çıkarın ve bir kenara alın. Enginarları portakal suyunda kısık ateşte pişirin. Kıyılmış biberleri ve sarımsağı tavaya aldığınız zeytinyağı ile 2 çorba kaşığı tereyağı karışımında soteleyin. Enginarları fırına dayanıklı bir kaba dizin ve üzerine pişirdiğiniz su ile sotelenmiş biberi ilave edin. Kurutulmuş domatesi de kattıktan sonra en üste balığı koyun. Tuzunu ve karabiberini ayarlayın. Üzerini alüminyum folyo ile kapatın ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin. Diğer taraftan kalan 1 çorba kaşığı tereyağında dilimlenmiş portakalı karamelize edin. Balığı fırından çıkarın ve portakal dilimlerini dizdikten sonra sıcak servis yapın.

