



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PROVENCAL SOSLU VE KREMALI PATATESLİ KALKAN TAVA

150 gr kalkan
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı çekilmiş karabiber
Yarım su bardağı un
Yarım lt ayçiçek yağı (kızartmalık)
2 yemek kaşığı tereyağı
limon sos
Provencal sos için:
Yarım su bardağı galeta unu
1 dal taze kişniş
1 dal taze kekik
2 yaprak taze fesleğen
1 yaprak taze adaçayı
Yarım dal taze mercan köşkü
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 diş sarımsak püresi
Yarım domates (orta boy, kabuksuz, küp doğranmış)
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı çekilmiş karabiber
Kremalı patates için:
3 patates (orta boy)
1 su bardağı krema
Yarımsu bardağı süt
1 su bardağı kaşar peyniri (rendelenmiş)
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 ay kaşığı çekilmiş karabiber
1 ay kaşığı tuz

Temizlenmiş ve dilimlenmiş kalkan balığını tuz ve karabiberle tatlandırın. Unu bir tabağı alın ve kalkanı iyice unlayıp kızgın yağda kızartın. Taze baharatı çok ince kıyın ve Provencal sos için kullanacağımız bütün malzemeyi karıştırıp hazır hale getirin. Patatesleri soyup halka halka doğrayın. Kremalı patates malzemelerinden süt, krema, kaşar peyniri, karabiber ve tuzun yarısını bir kapta karıştırın. Fırın kabını zeytinyağıyla yağlayın, patatesleri kaba döşeyin, üzerine kremalı karışımı boşaltın. Kabin üstünü alüminyum folyo ile kaplayıp 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Üzerinin kızarması için alüminyum folyoyu alıp 30 dakika daha pişirin. En son, kalan kaşar peynirini ekleyip 5 dakika daha pişirin.