



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ROKA VE TERELİ SOS (BALIKLAR İÇİN)

Sos için:

Yarım demet roka

Yarım demet tere

2 dilim bayat ekmek içi

2 adet ince kıyılmış taze soğan

2 çorba kaşığı zeytinyağı

1 çorba kaşığı krema

1 çorba kaşığı limon suyu

1 çay kaşığı rendelenmiş muskat

Tuz

Karabiber

Balık için:

5 adet lüfer

2 çorba kaşığı sıvıyağ

Tuz

Sos için ince kıyılmış roka ve tere, ekmek içi, taze soğan, zeytinyağı, krema, limon suyu, rendelenmiş muskat, tuz ve karabiberi blenderden geçirin.

Buzdolabında 1-2 saat dinlendirin.

Ayıklanmış balığın üzerine yağ gezdirip tuzlayın.

Balıkların yanında servis edin.

