SAZAN DOLMASI (ISPARTA)

Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 Adet 3-4 kg.lık Sazan Balığı
2 Su Bardağı Bulgur veya Pirinç
Birer Tutam Tarçın, Nane, Karabiber, Kırmızıbiber
1 Çay Bardağı Sıvı Yağ
1,5 Su Bardağı Su
1 Çorba Kaşığı Salça
Yarım Su Bardağı Kuş Üzümü
Yarım Su Bardağı Çam Fıstığı
Süslemek İçin;
Bir Demet Maydanoz
1 Adet Limon
3 Adet Orta Boy Domates

Sazan balığının derisi tamamen soyulur, sırtındaki yüzgeç ve kanatları temizlenir. Salça, yağ ve baharatlardan oluşturulan sos balığın içine ve dışına tamamen sürülür. Balık 15 dakika beklemeye bırakılır. Yağ tencerede iyice kızartılır varsa balıktan çıkan havyar, yumurta sarısı rengini alıncaya kadar kızartılır, daha sonra baharatlar, bulgur veya pirinç, çam fıstığı ve kuşüzümü katılarak bir müddet kavrulur, su ilave edilir ve demlenmeye bırakılır. Hazırlanan bu karışım balığın içine iyice doldurulur ve balık iğne iplik yardımı ile dikilir. Fırında 2 saat pişirilir. Üzeri maydanoz, limon ve domatesle süslenerek servis yapılır.

© lezzetler.com tarif no:104768 • adı:Sazan Dolması (Isparta) • gönderen:Göksen • indirme tarihi:11.05.2024 - 10:37