



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SEBZELİ USKUMRU

- 6 tane uskumru (büyükçe)
- 1 tane soğan
- 1/2 bardak zeytinyağı
- 1/2 baş havuç (orta)
- 2-3 diş sarımsak
- 2 tane sarı patates
- 1/2 domates
- 1,5 limon
- 1/2 baş kereviz (küçük)
- 5-6 dal maydanoz

Kereviz ve havuç temizlenip yıkandıktan sonra yarım santimlik dilimler halinde kesilir. Patatesler de soyularak sebzelerden biraz daha büyükçe doğranır ve su dolu bir kaba konur. Soğan ve sarımsak da ayıklandıktan sonra küçük parçalar halinde doğranır, maydanoz ince ince kıyılır. Havuç, kereviz, soğan ve defne yaprağı bir tencere içindçe, hafif ateşte, bir bardak zeytinyağı ile kızarmadan biraz öldürülür. Sonra sarımsak ve fındık iriliğinde doğranmış olan domates katılır. Domatesle de bir kaç dakika karıştırdıktan sonra beş bardak sıcak su ilâve edilir, tuzu da atıldıktan sonra kapağı kapanır ve kaynatılır.

Sebzeler pişerken balıklar temizlenerek hazırlanır. Hepsi bir tepsiye düzgün biçimde konur. Balıkların arasına patatesler sıkıştırılır. Biraz tuz ve karabiber konur. Pişirilen sebzeler, suyu ile birlikte balıkların üzerine dökülür. Maydanoz serpilir. Su, balıkların üzerine kadar çıkmıyorsa biraz daha ilâve edilir. Sonra tekrar ateşe konur. Kapağı aralıklı bırakılır, ağır ateşte yarım saat kadar pişirilir. Suyunun tamamen çekilmemesine dikkat edilir. Sonra limon sıkılır. Bir kaç taşım da limonlu olarak kaynatılıp ateşten indirilir. Tabağa konularak servise hazır hale getirilir.

[ML® Uskumru Çorbası için tıklayın](#)