



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOSLU BALIK

Malzeme :

750 gr Levrek, Kefal, Mercan gibi balıklardan biri,
1 adet havuç,
4-5 bardak su,
tuz,
2-3 tane karabiber

Yapılışı:

- 1- Balıkları temizleyip yıkadıktan sonra filetolara ayırınız.
 - 2- Filetolara ayrılmış balıkları yayvan bir kaba koyup muntazam diziniz.
 - 3- Üzerlerine suyu, ayıklanmış soğanı, kazınmış havucu, iri iri koyunuz.
 - 4- Tuz ve biber atıp ağzını kapatıp orta hararetili ateşte 15-20 dakika haşlayınız.
 - 5- Haşlanan balıkları parçalamadan servis tabağına koyup yanlarına haşlanmış küçük patates koyunuz.
 - 6- Sosu hazırlayınız.
 - 7- Sosu salçalığa koyunuz.
 - 8- Balıkları sıcak olarak sosla servis yapınız
- NOT: Balıklar filetolara ayrılmadan da kesilerek hazırlanabilir.
-