SOSLU BARBUNYA BALIĞI

Mirto Amalthia

600 Gr. Barbunya Balığı
1 Su Bardağı Un
1 Çay Kaşığı Deniz tuzu
1 Çay Kaşığı Çekilmiş Karabiber
2 Su Bardağı Kızartmak için Ayçiçek yağı
1 Çorba Kaşığı Tereyağı
2 Çorba Kaşığı Toz Kişniş
2 Çorba Kaşığı Toz Zerdeçal
1/2 Su Bardağı Kıyılmış taze soğan
10 Adet Dilimlenmiş Maydonoz Sapı
1 Tatlı Kaşığı Deniz tuzu
1 Tatlı Kaşığı Çekilmiş Karabiber
3 Çorba Kaşığı Esmer Şeker
2 Tatlı Kaşığı Köri baharatı
2 Çorba Kaşığı Un
1/2 Su Bardağı Su
1/2 Su Bardağı Süt
1 Çorba Kaşığı Hindistan Cevizi

Fırınımızı 180 derecede ısıtalım.
Temizlenmiş olan balıkları, kâğıt havlu arasında kurutalım.
1 su bardağı unun içine tuz ile karabiberi katarak harmanlayalım ve balıkları una bulayalım.
Yağımızı derin bir tencere içerisinde ısıtalım ve yaklaşık 3 – 4 dakika altın rengi olana kadar balıkları kızartalım.
Balıkları peçete üzerinde fazla yağlarını almak üzere bekletelim.
Şimdi sıra geldi sosumuzu yapmaya. Bir sos tenceresi içinde tereyağı eriterek, 2 yemek kaşığı unu kavuralım.
Un kokusu çıkıp, rengi dönmeye başlayınca ısıyı azaltalım ve süt ile suyu ilave ederek kıvamlı ve pürüzsüz bir sos elde edelim.
Sos kaynamaya başlayınca tüm malzemeleri ilave ederek birkaç dakika tatların birleşmesi için karıştıralım ve ateşi kapatalım.
Kızarmış balıkları cam bir fırın tepsisi içine dizelim. Hazırladığımız sosu balıkların üzerine dökelim ve sıcak fırında 5 – 7 dakika tutup servis yapalım.

© lezzetler.com tarif no:82096 • adı:Soslu Barbunya Balığı • gönderen:rey09 • indirme tarihi:26.04.2024 - 09:23