



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLÜ ALABALIK

<https://www.elele.com.tr>

4 parça fileto alabalık

Tuz

1 çay bardağı un

1 yemek kaşığı limon suyu

1 çay bardağı süt

1 yemek kaşığı kapari turşusu

2 yemek kaşığı ince kıyılmış dereotu

Kızartmak için

Zeytinyağı

Balık filetolarını yayvan bir kaba alın. Üzerlerine tuz serpip 20 dakika dinlendirin. Dinlenen balıkları una bulayın. Fazla ununu silkeleyip üzerlerine limon suyu gezdirerek kızgın yağda kızartın. Balıklar kızardıktan sonra tavadaki fazla yağı alın. Balıkların üzerine süt, kapari ve dereotunu ilave edin. Tavanın kapağını kapatın ve 2-3 dakika bekletin. Sıcak servis yapın.

