



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TARHANA KAPLI KALKAN BALIĞI FİLETO

THY Skylife

200 g kalkan balığı fileto
100 g kemiksiz kalkan balığı fileto
70 ml krema
½ çay kaşığı tuz
1 tutam karabiber
70 g tarhana
limonlu dip sos

Kalkan balığının 200 g'lık olanını yarım cm eninde, 8 cm uzunluğunda dilimleyin ve buzdolabında bekletin. Kalan diğer kalkan balığını krema, tuz ve karabiberle robotta çektilirip püre edin. Dilimlenmiş kalkan balıklarını bu karışıma bulayın. Daha sonra tarhanaya bulayın. Kızgın yağda altın sarısı rengi alana kadar kızartın. Kağıt havlular üzerine aktarın, sonra limonlu dip sos ile servis edin.

