



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEMPURA MEZGİT SUSHI

Pınar Mezgit Fileto
1/4 Adet Avokado
20 G Krem Peynir
Yosun
Pilav İçin;
1 Su Bardağı Suşi Pirinci
10 Çay Kaşığı Şeker
1 Yemek Kaşığı Piring Sirkesi
Tempura İçin;
3/4 Su Bardağı Un
50 Ml Soda
Panko

1 bardak pirinci 300 ml su ile ıslatın ve yarım saat bekletin.
Ardından ocağa alıp altını açın.
Kaynamaya başladığında altını kısıp kapağını kapatın suyunu çekene kadar 15 dk pişirin.
Ayrı bir kaptaki piring sirkesi şeker ve tuzu karıştırıp pilava yedirebilirsiniz.
Un ve sodayı çırpın boza kıvamında olması gerekiyor.
Mezgiti uzun şeritler halinde kesin.
Tempuraya ve pankoya bulayın.
Kızgın yağda kızartın.
Yosunu tezgaha alın.
Üzerine pirinci yayın ve tersini çevirin.
Yosunlu tarafa krem peynir avokado dilimleri ve tempura mezgiti ekleyin ve sarın.
Daha sonra sardığınız şeritleri tempura ve pankoya bulayın.
Kızgın yağda kızartın.
Dilimleyerek servis edebilirsiniz.

