TERBİYELİ BALIK BUĞULAMA

Malzeme 500 gram balık fifetosu (ayıklanmış, kılçıksız), 3 adet taze soğan, 1 defne yaprağı, tuz, karabiber, 1 yemek kaşığı zeytinyağı. Terbiyesi için: Yarım paket hazır sebze çorbası, yarım limon, 1 yumurta sarısı
Yapılışı Balık filetolarının yıkayıp, kurulayın, iki taraflarına da tuz ve karabiber serpin, tencereye yerleştirin. Taze soğanın dış kabuklarını soyun, defne yaprağı ile birlikte bütün olarak balıkların yanına koyun, karabiberi ekleyin, zeytinyağını gezdirin, bir bardak su ekleyin, tencereyi kısık ateşe oturtup 20-25 dakika süre ile pişirin. Defne ve taze soğanı çıkartın. Balığın suyunu bir kaba süzün, içine hazır sebze çorbasını boşaltın, ocağın üzerinde karıştırarak koyu bir çorba pişirin. Küçük bir cam veya porselen kapta yumurtanın sarısına bir limonun suyunu yedirerek bir terbiye hazırlayın ve koyu sebze çorbasına ekleyin, tadını ve kıvamını ayarlayın, balıkların üzerine dökerek masaya getirin. Terbiyeli sosun kıvamı balığın içinde piştiği suyun miktarına, o da balıkların pişme süresine bağlı olacağından sebze çorbasını hazırlarken su miktarını yeniden ayarlamanız gerekebilir

© lezzetler.com tarif no:6863 • adı:Terbiyeli Balık Buğulama • gönderen:Oruç • indirme tarihi:20.04.2024 - 05:59