



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TON BALIĞI KOKTEYLİ

500 gr ton balığı
2 yumurta
1/2 limon suyu
1 fincan zeytinyağı
tuz
greyfurt
yeşil zeytin
1 çay kaşığı un
salata

Ayıklanmış ton balığı etlerini bir tencerede kaynayan suyun içine atınız. 10 dakika haşlayıp suyunu süzünüz. Bardakların içine birer yaprak yeşil salata ile içi boşaltılmış greyfurtları yerleştiriniz içlerine haşlanmış balıkları doldurunuz. Ayrıca bir kaptaki yumurta, tuz ve unu tahta kaşıkla aynı yönde karıştırınız, damla damla zeytinyağını ilâve ediniz. Sonra da aynı şekilde limon suyunu yediriniz. Hazırladığınız bu mayonezi balıkların üstüne döküp, kürdana geçirilmiş birer yeşil zeytinle süsleyiniz.