



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TUZDA ÇİPURA

Malzemeler:

2 orta boy temizlenmiş çipura, kafalarıyla birlikte

2 kilo tuz

Bir demet maydanoz (veya balığın içine doldurmak istediğiniz otlar, biberiye, dereotu, vs.)

Bir limon (kabukları soyulmuş, dilimlenmiş)

4 adet defneyaprağı

4 yumurta akı

Fırını 200 C'ye ısıtın. Balıkları yıkayın, kurulayın. Karınlarını kıyılmış maydanoz ve limon dilimleriyle doldurun, karabiber serpin. 2 kg. tuzu yaklaşık 150 200 ml. su ve yumurta akları ile karıştırın (tuz ıslak kum kıvamını alacak.) Fırın tepsisine alüminyum folyo döşeyin. Üzerine tuzdan ince bir yatak hazırlayıp bastırın. Her balığın altına 2 adet defneyaprağı koyun. Balıkları tuzdan yatağın üzerine yerleştirin ve her yanını tuzla kaplayın, ellerinizle biraz bastırın. Balığın derisi gözükmeyecek ve açıkta hiçbir yeri kalmayacak. (Sadece ağzı açıkta kalacak şekilde ağzına kibrit parçası koyacaksınız) 25 dakika pişirin. Tepsiyi fırından aldıktan sonra balıkların alt tarafına, kenara gelen yerlerden çatal yardımıyla biraz kurcalayın ve balıkları yaralamayacak şekilde tuzu kaldırın. Tuz iyice sertleştiği için bütün bir tabaka halinde kalkıyor (eğer çok sertleştiyse çekiç yardımıyla hafifçe kırmak gerekebilir). Eğer balığın derisi tuz tabakasıyla birlikte kalkmadıysa, çabucak bütün şeklinde sıyırıp, hemen filetosunu çıkarabilirsiniz.