



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

USKUMRU DOLMASI

- 12 Uskumru
- 1 Demet dereotu
- 1 Su bardağı zeytinyağı
- 1 Kahve kaşığı tarçın, bahar ve karabiber
- 3 Büyük soğan
- 3 Çorba kaşığı iç ceviz
- 4 Yumurta
- 1 Çorba kaşığı siyah kuru üzüm
- Yeteri kadar tuz
- 1 Çorba kaşığı beyaz fıstık
- 2 Su bardağı galeta unu
- 1 Demet maydanoz
- 2 Yumurta

Uskumruların içini solungaçlarını çekmek suretiyle çıkararak temizleyin. İyice yıkayın. Sonra balığın kuyruk kısmından yukarı doğru iki parmakla 3-4 defa sıkıp bırakarak etlerini gevşetin. Etleri gevşeyen balıkların kuyruğun biraz üstünden sağ sola kıvrılarak içindeki büyük kılıcığını kırın. Başın altından kılıcığın diğer ucunu da, kırdıktan sonra kılıcığın ucundan tutun ve sağa sola oynatarak çekip çıkarın. Kılıcığı çıkarılmış balığın etlerini de, balığın kuyruğundan başına doğru sıvazlıyarak derisini yırtmadan çıkarın. Çıkan içi kıyın. Yalnız, balığın içini çıkartırken derisinin yırtılıp zedelenmemesine, özen göstermeniz gerekir.

Tencereye koyduğunuz zeytinyağı kızınca, ince ince kıyılan soğanları içine koyun. Karıştırarak soğanlar pembe bir renk alıncaya kadar kavurun. Sonra buna makinada çekilmiş, iç cevizi, üzümü, fıstığı, tarçını, baharı, karabiberi kıyılmış balık içini ve 1 tatlı kaşığı tuzu ekleyin. Hepsini karıştırarak 5-6 dakika kavurun. Sonra kıyılmış maydanozla dereotunu da içine koyup 3-4 defa karıştırın ve ateşten indirin. Hemen bunu birer birer içleri boşaltılmış, balıkların içine sıkıca doldurun. İçi doldurulmuş olan balıkları una bulayın, yumurtaları çirpın. Unlanmış balıkları teker teker çirpılmış yumurtaya sokarak, yumurtaladıktan sonra galeta ununa bulayın. Kızdırılmış zeytinyağında her iki tarafını da kızarttıktan sonra yağını süzdürerek çıkarın. Soğuduktan sonra servis yapın.