



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL ZEYTİNLİ BALIK BÖREĞİ

250 gr balık fileto
15 gr un (2 silme çorba kaşığı)
60 gr kaşarpeyniri
1 tatlı kaşığı hardal
60 gr biberli yeşil zeytin
2 adet yumurta
Tuz
Karabiber
Kırmızıbiber
30 gr LUNA (2 çorba kaşığı)

Fırın kabını Luna ile yağlayın, balıkları yerleştirin. Unu kalan Luna ile kavurun. 1/2 bardak su, tuz, karabiber ilave edin, bir taşım kaynatıp ateşten alın. Zeytinleri halka halka doğrayın. Bir kapta yumurta sarılarını zeytin, hardal, peynir ve unlu sos ile karıştırın. Yumurta beyazını bir tutam tuz ile kar haline gelene kadar çırpın. Diğer malzemelerle karıştırın ve balıkların üzerine yayın. Kırmızıbiber serpip 200 derecede 15 dakika fırınlayın.

Not: Balık genellikle kayık biçiminde tabaklarda servis yapılır. Yanına renk ıyımuna dikkat edilerek garnitür konabilir. Örneğin yarısı kuru nane ve yarısı pul kırmızıbibere bulanmış başlanmış patates, hem lezzetli hem de son derece dekoratif bir tamamlayıcıdır. Sadece yumurta beyazına ihtiyaç duyulan tariflerde yumurta sarılarının ziyan olmaması için çukur bir kâse içinde üstlerini örtecek kadar su doldurarak buzdolabında saklayabilirsiniz. Izgara yapılacak balıkların lezzetinin artması amacıyla 10 dakika limonlu suda bekletin. Fmüla pişireceğiniz balıkları da şaraba yatırmanızı tavsiye ederiz.



© lezzetler.com tarif no:91329 • adı:Yeşil Zeytinli Balık Boreği • gönderen:aytoş • indirme tarihi:13.03.2025 - 14:41