



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZENCEFİLLİ BALIK

- 600 g beyaz etli balık (ayıklanıp, kuşbaşı doğranmış)
- 2,5 cm boyunda taze zencefil (kabuğu soyulup ince doğranmış)
- 1 tatlı kaşığı toz zencefil
- 500 g siyah Çin fasulyesi (8 saat üstünü örtecek kadar suda bekletilip, süzdürülmüş)
- 2 soğan (doğranmış)
- 4 diş sarımsak (2'si dövülmüş, 2'si ince kıyılmış)
- 1 çubuk tarçın (4 parçaya kırılmış)
- bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
- 1/4 tatlı kaşığı tuz
- 1 çorba kaşığı limon kabuğu rendesi
- 2 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
- 1/2 tatlı kaşığı tarçın
- 1 tatlı kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
- 3 taze soğan (ayıklanıp, ince doğranmış)

Siyah Çin fasulyeleri, soğanlar, zencefil, dövülmüş sarımsaklar, tarçın çubuğu parçaları ve karabiberin yansını bir tencereye koyun. Fasulyelerin üstlerini 4 cm örtecek kadar su ekleyip, tencereyi orta ateşe oturtarak, fasulyeleri 10 dakika kaynatın. Su yüzeyinde biriken köpükleri alıp attıktan sonra, ateşi kısın, tuz ve limon kabuğu rendesini ekleyerek, fasulyeleri iyice yumuşayınca kadar (yaklaşık 1,5-2 saat) pişirin. Fasulyelerin pişme süresinin bitimine yaklaşık 5 dakika kala, kalın dipli bir tavaya zeytinyağını koyup, tavayı harlı ateşe oturtarak, yağı kızdırın. Yağ kızınca balıkları koyup, üstlerine kalan karabiberi serpin. 1 tatlı kaşığı zencefil, kıyılmış sarımsaklar ve tarçını ekleyip, sık sık karıştırarak, kuşbaşı balık etlerini 3 dakika pişirin. Limon suyunu ekleyip, sık sık karıştırarak, pişirmeyi sürdürün. Taze soğanları ekleyip, karıştırdıktan sonra, tavayı ateşten alarak, bir kenara bırakın. Çin fasulyelerinin piştiği tenceredeki tarçın çubuğu parçalarını delikli kaşıkla alarak, atın. Tencereyi ateşten alıp, fasulyeleri düz bir servis tabağına döşeyin. Üstlerine balıklı karışımı aktarın, servis yapın.

NOT:ÇİN MUTFAĞININ GELENEKSEL YEMEKLERİNDEN OLAN ZENCEFİLLİ BALIK, BULUNMAYAN SİYAH ÇİN FASULYESİ YERİNE BARBUNYA FASULYESİ, TAZE ZENCEFİL YERİNE DE TOZ ZENCEFİL KULLANILARAK HAZIRLANABİLİR.