



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNLİ TON BALIĞI PÜRESİ

Michael Montignac

200 GR TON BALIĞI KONSERVESİ
100 GR ÇEKİRDEĞİ ÇIKARILMIŞ SIYAH ZEYTİN
50 GR KAPARI
1 ÇORBA KAŞIĞI KREMA
2 YUMURTA SARISI
1 DİŞ SARMISAK
ZEYTİNYAĞI
TUZ
KARABİBER,
ACI KIRMIZIBİBER

Ton balığını süzün: Sarmısağı, tonu, zeytinleri, kapariyi, yumurta sarılarını, kremayı mikserden geçirin. Kaygan bir hamur elde edene dek azar azar zeytinyağı ilave edin. Tadına bakın. Gerekirse tuz koyun (zeytinlerin tuzu yüzünden tuz koymak gerekemeyebilir). Karabiber ve kırmızıbiberi ekleyin. Bu harcı serin bir yere kaldırın.

Not: Bu harç, marul veya kereviz yaprakları üzerine sürülerek kokteyllerde kullanılabilir. Ayrıca küçük domateslerin içi oyulup bu harçla doldurulabilir veya pişmiş enginar göbekleri ya da büyük mantarların içini bu harçla doldurup dolma yapabilirsiniz.