

Goa Balık Körisi

Toplam 50 dk

Hazırlama 25 dk · Pişirme 25 dk

4 kişilik

Orta

~360 kcal

Açlık bar 8/10

Goa balık körisi, beyaz balık Hindistan cevizi, demirhindi, Keşmir biberi, sarımsak ve baharatlı masala içinde pişiren sahil yemeğidir.

Malzemeler

- 700 gr Beyaz etli balık
- 1 su bardağı Hindistan cevizi rendesi
- 1 yemek kaşığı Demirhindi ezmesi
- 6 adet Keşmir biberi
- 4 diş Sarımsak
- 1 tatlı kaşığı Taze zencefil
- 1 yemek kaşığı Kişniş tohumu
- 1 çay kaşığı Kimyon
- 0.5 çay kaşığı Zerdeçal
- 2 adet Yeşil biber
- 1 adet Kuru soğan
- 2 yemek kaşığı Sıyağ
- 1.5 su bardağı Su
- 1 tatlı kaşığı Tuz
- 1 yemek kaşığı Limon suyu

Yapılı

1. Balığı tuzun yarısını ve limon suyuyla 10 dakika marine edin.
2. Hindistan cevizi rendesi, demirhindi ezmesi, Keşmir biberi, sarımsak, taze zencefil, kişniş tohumu, kimyon ve zerdeçalın suyunun yarısını süzerek püre yapın.
3. Kuru soğanı sıyağda 5 dakika yumuşatın.
4. Masala püresini ve kalan suyu tencereye ekleyip 10 dakika kaynatın.
5. Balık parçalarını ve yeşil biberi sosa yerleştirin.
6. Köriyi 8 dakika kısık ateşte pişirin, balıktağılı masalıya karıştırmayın.
7. Kalan tuzu ayarlayıp pirinçle servis edin.

PÜF NOKTASI

Balığı son kaynamada eklemek etinin parçalanmadan sosta pişmesini sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Buharda piriç ve limon dilimiyle sıcak servis edin.

Alerjenler

Deniz ürünleri