

Sinop İçli Tava

Toplam 65 dk

Hazırlama 25 dk · Pişirme 40 dk

4 kişilik

Orta

~342 kcal

Açılış 18/10

Sinop içli tava, hamsiyi tepsiye iki kat dizip arasına soğanlı maydanozlu pirinç pilavı yerleştirerek yumurtalı üstüyle fırınlanarak hazırlanan lezzetli yemekdir.

Malzemeler

- 700 gr Hamsi
- 2 adet Kuru soğan
- 3 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 adet Limon
- 1 çay kaşığı Tuz
- 1 su bardağı Pirinç (baldo)
- 0.5 demet Maydanoz
- 1 çay kaşığı Kuru nane
- 2 adet Yumurta
- 0.5 çay kaşığı Karabiber
- 3 yemek kaşığı Un

Yapılışı

- Hamsileri ayıklayıp içi karıyı kaydırın; pirinci sıcak suda 10 dakika bekletin.
- Tencerede tereyağıyla soğanı kavurun, süzdüğünüz pirinci ekleyip 2 dakika çevirin, 1.5 su bardağı sıcak su ve tuz katıp suyunu çekene kadar pişirin.
- Pilav suyunu çekince ocaktan alın maydanoz, nane ve karabiberi karıştırıp dinlendirin.
- Hamsileri unlayıp yağlanmış tepsiye yarısını altta gelecek şekilde dizin, üzerine pilavı yayıp kalan hamsileri örtü gibi kapatın.
- Çırpılmış yumurtayı üstüne sürün, 200°C fırında 25 dakika pişirin; 5 dakika dinlendirip limonla servis yapın.

PÜF NOKTASI

Hamsileri tek sıradan yapmak için fırın tepsinin yüzeyini daha eşit şekilde zarmasın.

SERVİS ÖNERİSİ

Yanında doğranmış soğan ve limon koyarak sıcak servis edin.

Alerjenler

Deniz ürünleri

Gluten

Yumurta

