

Marsilya Safranlı Balık Yahni

Toplam 46 dk

Hazırlama 18 dk · Pişirme 28 dk

4 kişilik

Orta

~340 kcal

Açılış 18/10

Fransız usulü safranlı balık yahni, beyaz balık, domates, rezene ve safranlı et suyuyla kokulu bir Akdeniz tenceresine dönüştürür.

Malzemeler

- 600 gr Beyaz balık fileto
- 1 adet Rezene
- 1.5 su bardağı Domates püresi
- 1 dal Kereviz sapı
- 1 tutam Safran
- 3 su bardağı Balık suyu

Yapılış

1. Safran 1 su bardağı balık suyunda 5 dakika bekletin.
2. Rezene ve kereviz sapını önce doğrayın.
3. Sebzeleri zeytinyağında 7 dakika yumuşatın.
4. Domates püresi ve safranlı suyu ekleyip 12 dakika kaynatın.
5. Balığı parça ekleyip 7-8 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Balığın son bölümde eklemek parçalarını dağlamasıdır.

SERVİS ÖNERİSİ

Sarımsakla servis edin.

Alerjenler

Deniz ürünleri

Kereviz