

Mısır Unlu Balık Köftesi

Toplam 35 dk

Hazırlama 20 dk · Pişirme 15 dk

4 kişilik

Orta

~240 kcal

Açılış 14/10

Balık eti ve mısır unuyla yapılaban küçük köfteler Karadeniz esintili, çtve hafif bir aperatif olur.

Malzemeler

- 400 gr Haşlanmış beyaz etli balık
- 5 yemek kaşığı mısır unu
- 1 adet Yumurta
- 0.5 demet Maydanoz

Yapılı

1. Haşlanmış beyaz balık kılçıklanmayacak şekilde didikleyip geniş kaseye alın.
2. Mısır unu, yumurta ve kıyılmış maydanozu ekleyip 2 dakika yoğurun.
3. Harçtan ceviz büyüklüğünde köfteler yapınyüzeyini mısır unuyla ince kaplayın.
4. Tavay ırta ateşte 15 köfteleri her yüzü kızarana kadar toplam 10 dakika pişirin.
5. Köfteleri 3 dakika dinlendirip limonla sıcak servis edin, içi dağılmadan otursun.

PÜF NOKTASI

Balık harcını süre dolapta dinlendirirseniz köfteler tavada daha iyi form tutar.

SERVIS ÖNERİSİ

Yanında limon ve roka ile sıcak servis edin.

Alerjenler

Deniz ürünleri

Yumurta

Kuruyemiş