

# Dereotlu Somonlu Arpa Şehriye Tava (İskandinav Esintili)

Toplam 32 dk Hazırlama 14 dk · Pişirme 18 dk 4 kişilik Orta ~324 kcal Açılış 18/10

Bu pratik tek tava yemeği, İskandinav mutfağının somon-dereotu uyumundan ilham alır. Klasik İsveç laxpudding'i patates ve ekmek krutlarıyla yapıldığı gibi, bu modern uyarlama arpa şehriyeyi taban alır. Somonu son aşamada ekleyerek dağlı masınlar. İsveç yöre kanonu değil, çağdaş bir İskandinav esintili sunum.

## Malzemeler

- 400 gr Somon fileto
- 1.5 su bardağı Arpa şehriye
- 0.5 demet Dereotu
- 1 su bardağı Su
- 30 gr Tereyağı
- 1 adet Soğan
- 2 diş Sarımsak
- 1 adet Limon kabuğu rendesi
- 2 yemek kaşığı Limon suyu
- 1 çay kaşığı Tuz
- 0.5 çay kaşığı Karabiber
- 2 su bardağı Tavuk veya sebze suyu

## Yapılış

- Somonu kemikten arınmış 3-4 cm parçalara bölüp tuz ve karabiberle baharatlayın, 10 dakika bekletin.
- Geniş tavada tereyağı eritip soğanı 4 dakika pembeleşene, sarımsağı 30 saniye kavurun.
- Arpa şehriyeyi ekleyip 2 dakika çevirip kavurun.
- Et suyunu, suyu ve limon kabuğunu ilave edip kaynamaya bırakın. Kapağı kapayıp kısık ateşte 10 dakika pişirin.
- Somon parçalarını şehriyenin üstüne nazikçe yerleştirin, kapağı kapatıp 7 dakika daha buharlayın. Ardından dereotu ve limon suyunu ekleyip 2 dakika dinlendirin, hemen servis edin.

### PÜF NOKTASI

Somonu son 7 dakikada şehriyenin üstüne yerleştirip buharla pişirmek dağlı masınlar. Limon kabuğu et suyuna eklenirse aroma daha derin olur.

### SERVIS ÖNERİSİ

Üstüne taze dereotu ve limon dilimleri ile servis edin, yanına basit yeşil salata.

## Alerjenler

Gluten

Deniz ürünleri

Süt