



## Tarator



**Malzeme** (4 Kişilik) : 3 dilim bayat ekme , 10 adet ceviz içi, 1 çorba kaŐıŐı zeytinyağı, 1 çay kaŐıŐı  z m sirkesi, 1 diŐ sarımsak, 1/2 çay bardağı su, 1/2 çay bardağı limon suyu, tuz, karabiber, kırmızı biber.

**Yapılışı** : Bayat ekme  dilimlerinin i lerini avucunuzun içi ile iyice ufalayın. Su ilave ederek koyu bulamaç haline getirin. Ceviz i lerinin kabuklarını ayıkladıktan sonra iyice d v n.

Bulamaç haline gelmiŐ ekme  i lerine dövülmüş cevizleri, zeytinyağını, sirkeyi, dövülmüş sarımsağı, tuz, karabiber ve kırmızı biberi ilave edip karıştırın. Bir kenara koyup 10 dakika dinlendirin. Soğuk (oda sıcaklığında) olarak servis yapınız.

Bu sos, midye tava ile çok güzel giden, Marmara ve Ege mutfaklarına has, Akdeniz'in özelliklerini taŐıyan bir sostur. Kalamar tava ile de servis yapabilirsiniz. Servis yaparken buzdolabından çıkmıŐ gibi olmamasına dikkat etmelisiniz.



## Sos "Amandine"



**Malzeme** (4 Kişilik) : 4  ay kaŐıŐı karabiber, 2 çay kaŐıŐı tuz, 3 çorba kaŐıŐı un, 100 gram ceviz içi, 1 adet limonun suyu, 2 çorba kaŐıŐı zeytinyağı, 4 çorba kaŐıŐı beyaz Őarap (veya 2 çorba kaŐıŐı  z m sirkesi), 2 çorba kaŐıŐı krema, 1 çay kaŐıŐı zencefil.

**Yapılışı** : Cevizleri ıslattıktan sonra kabuklarını iyice ayırın ve iyice d v n. Tavada zeytinyağını kızdırıp cevizleri kavurun. İçine limon suyunu, Őarap, krema ve zencefili ilave edip hafif ateŐte 10 dakika piŐirin ve sonra kenara alıp dinlendirin.

Bu sos levrek tava için hazırlanmıŐ bir sostur. Diğer beyaz etli balıkların ızgara veya tavalarında da kullanabilirsiniz. En güzel sunuŐ Őekli balık yanında haŐlanmış patates ve sos amandine tarzındadır. Sıcak olarak servisi tavsiye olunur.



## Zeytinyağlı Soslar



Zeytinyağı ile sarımsak Akdeniz mutfağının ayrılmaz bir parçası ve simgesidir. Hatta Akdeniz mutfağı bunlarla bütünleŐmiŐ denebilir. Zeytinyağı balık yemeklerinde, özellikle fırın ve ızgaralarda sos olarak kullanıla gelmiŐtir. Bu kullanımda sarımsak da çoğu zaman zeytinyağına eŐlik etmiŐtir. Bunlardan bazı örnekleri aŐaĐıda bulabilirsiniz. Tamamını ızgara, fırın ve hatta tava yemeklerinde kullanabilirsiniz.

**Sicilya usulü zeytinyağlı sos (Sal Moriglio)** : Zeytinyağına limon suyunda çırpılmıŐ otlar ( rneğin kekik, maydanoz, biberiye) ve dövülmüş sarımsak ilavesi ile yapılır.

**Piedmonte usulü sos (Bagna Cauda)** : Dövülmüş sarımsağın, çeŐitli baharatlı bitkilerin ( rneğin kekik) zeytinyağı içinde dinlendirilmesi ile yapılır.

**Genova usulü sos (Pesto)** : Dövülmüş  am fıstığı ile fesleğenin zeytinyağı içinde dinlendirilmesi ile yapılır.

**Dalmaçya usulü zeytinyağlı sos** : Rafine edilmemiŐ koyu ev tipi zeytinyağında dövülmüş sarımsağın dinlendirilmesi ile yapılır.

**Marsilya usulü zeytinyağlı sos (Ailade)** : D v l p zeytinyağında dinlendirilmiŐ sarımsaklı

karışıma dövülmüş ceviz ilavesi ile yapılır.

**Yunan usulü zeytinyağlı sos (Skordalia) :** Ufalanmış ve ıslatılmış bayat ekmek veya patates püresi içine dövülmüş ceviz, zeytinyağı ve sirke ilavesi ile yapılır. Kökü Bizans'a kadar dayanan bu sos bizim taratorun ağababasıdır.

**Limonlu balık sosu :** Eşit miktarda limon suyu ile zeytinyağına dövülmüş sarımsak veya sarımsak tozu ilave edip karıştırılarak hazırlanır. Lokantalarda balık sosu olarak bolca kullanılan bu karışımı istenirse ince doğranmış maydanoz ve taze soğanın yeşil kısımları da rondodan geçirilerek ilave edilebilir.

**Sirke ve soğanlı balık sosu :** Taze soğanı ayıklayıp ince doğrayın ve bir kaba alın. Zeytinyağı ve sirke ilave edin. Ayıklanmış ve ince doğranmış dereotunu, sirkeyi ve kararınca tuzu ilave edip karıştırın. Sirke sevmeyenler aynı miktarda limon suyu kullanabilirler.



### Balık Çorbası Terbiyesi



**Malzeme** (4 kişilik) : 2 çorba kaşığı un, 2 yumurta sarısı, 1 adet limonun suyu, 1 su bardağı su, tuz.

**Yapılışı :** Bir kapta unu su ile karıştırın, ezerek bulamaç haline getirin. Bu işlemi yaparken unun topaklanmamasına dikkat edin. Limon suyunu ve yumurta sarılarını ilave edip çırpın.

Bu sos içinde mayonez ve krema gibi katkı maddeleri bulunmayan balık çorbaları için tavsiye edilir.