

Mısır Unlu Kefal Buğulama

Toplam 32 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Kolay

~266 kcal

Açılış 8/10

Sinop mısır unlu kefal buğulama, kefali ince mısır unu ve defneyle pişirerek sulu, kıyıkulu ve doyurucu bir Karadeniz balık yemeği sunar.

Malzemeler

- 700 gr Kefal fileto
- 2 yemek kaşığı mısır unu
- 1 adet Soğan
- 1 adet Defne yaprağı
- 2 su bardağı su

Yapılış

1. Soğan tencerede 4 dakika çevirin.
2. Balık su ve defneyi ekleyin.
3. Mısır ununu serpip 12 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Mısır ununu ince serpmek sosu koyulaştırır kefal tadını artırır.

SERVIS ÖNERİSİ

Buğulamayı sıcak servis yapın, yanına limon dilimi ve ekmek koyun.

Alerjenler

Deniz ürünleri