



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler© Mutluluklar Diler

PEYNİRLİ SARDALYA



Yarım kg sardalya
1 su bardağı ince rendelenmiş eski kaşar
1 büyük çay bardağı galeta unu
1 su bardağı ılık su
3 diş sarımsak
1 adet yumurta
5 çorba kaşığı zeytinyağı
2 çay kaşığı kırmızı toz biber
1 çay kaşığı tuz

- # Sardalyaların içi temizlenir, başı çıkarılır ve yıkanır.
- # Çukur bir kaba yumurta kırılır, tuz eklenir, çatalla çırpılır. Sonra zeytinyağı, ezilmiş sarımsak ve kaşar katılır.
- # Üzerine toz biber, galeta unu ve azar azar su eklenerek koyu bir bulamaç elde edilir.
- # Bulamaçtan bir miktar alınır, sardalyayı çevreleyerek kaplanır. (Köfte gibi sıkılır.)
- # Kaplanmış sardalyalar yağlanmış tepsiye dizilir. Önceden bir hayli ısıtılmış 200 derece fırına verilir.
- # Kızarana kadar pişirilir. Sıcak servis yapılır.

Not: Taze kaşara göre daha geç eridiği için eski kaşar kullanılmıştır.