BALIK KOTLET

2 Adet kılçığı ayıklanabilir balık (palamut gibi)
3 Dilim bayat ekmek içi
1 Adet iri kuru soğan (rende)
1 Adet yumurta
1 Kahve fincanı kaşar rendesi
1 Çorba kaşığı un
Yarım demet maydanoz
1,5 Kahve fincanı sıvıyağ
1 Çay kaşığı karabiber
1 Tatlı kaşığı tuz

Balıklar önce, kabaca temizlenir, yıkanır, sonra haşlanır, kalan kılçıkları iyice temizlenir.
Küçük parçalara ayrılır, üzerine sıvıyağ hariç tüm malzemeler eklenir, özleşene kadar yoğrulur.
Kotlet harcı yarım saat kadar buzdolabında dinlendirilir.
Dinlenen harçtan ceviz büyüklüğünde parçalar koparılır, parmak şeklinde köfte şekli verilir.
Bir fırın tepsisine kotletler dizilir, üzerine sıvıyağ gezdirilir.
180 derece ısıtılmış fırında 20 – 25 dakika pişirilir.
Marul, maydanoz eşliğinde servis yapılır.

Not: Mümkünse balıklar haşlamak yerine, buharda pişirilirse, besin değerini yitirmemiş olur.