

Morney Soslu Torik Balığı



Morney sosun temeli beşamel sostur. Beşamel sos ile morney sos arasındaki temel fark; beşamel sosta kaşar peyniri yokken, morney sosta kaşar peyniri vardır. Bu yüzden morney sos için önce standart bir “beşamel sos” hazırlanır ve sos sıcakken rendelenmiş kaşar peyniri ilave edilerek karıştırılır.

Morney Sosun Malzemeleri: (12 Kişilik)

1. Tereyağı veya margarin (125 gr/yarım paket)
2. Un (1 su bardağı/3 çorba kaşığı tepeleme, elenmiş)
3. Süt (1 litre)
4. Beyaz biber (yarım çay kaşığı)
5. Defne yaprağı (1 adet)
6. Muskat rendesi (yarım çay kaşığı)
7. Kaşar peyniri (200 gr/rendelenmiş)

Yapılışı/İşlem Basamakları:

1. Unu eleyerek havalandırınız. Bu işlem sos kıvamınızın daha homojen olmasını sağlayacaktır.
2. Tereyağı kalın dipli bir tencerede eritilir. Tencere kalın dipli olursa unun yanması engellenmiş olur.
3. Yeni elenmiş, havalandırılmış un eklenir ve sarartılmadan üç dakika kadar karıştırılarak unun kavrulması sağlanır. Ocağın ateşi düşük olmalıdır; yüksek ateş kontrolü yitirir ve unun farkında olmadan yanmasını sağlar.
4. Un yeterince kavrulduktan sonra ocağın ateşi kapanır ve karışımın ılıması (10-15 dak.) sağlanır. Karışım sıcakken süt hemen ilave edilirse unun topaklanmasına sebep olur. Bu olumsuzluğu düzeltmek için de çok karıştırmanız, çırpmanız gerekir. Sosun soğutulması dibinin tutmasını da engelleyecektir.
5. Tekrar ocağa alınır, soğuk süt eklenir ve hızla karıştırılmaya başlanır.
6. Karıştırmaya başlayınca defne yaprağı, tuz, muskat rendesi, beyaz biber eklenir ve hızla karıştırma işlemine devam edilir.
7. Karıştırılarak hafif ateşte 15 dakika kadar kaynatılır. Dibinin tutmamasına dikkat edilmelidir. Sürekli karıştırarak kıvamın homojen olmasını sağlayınız.

8. Sosun kıvamını koyu buluyorsanız süt ekleyerek kaynatınız. Sulu ise biraz daha yoğunlaşana kadar kaynatabilirsiniz. Kaşığın ters tarafına 4-5 milimetrelik kalınlıkta sıvanıyorsa normal kıvama gelmiş demektir. İstenilen yerde kullanılabilir.
9. Kıvam istenilen düzeyde olunca ocaktan alınır ve içindeki defne yaprağı çıkarılır.
10. Kaşar peyniri rendeleyiniz.
11. Rendelenmiş olan kaşar peyniri, **sıcak beşamel sosa** ilave edilir ve karıştırılır. **Bu aşamayla birlikte artık beşamel sos, morney sos olmuştur.**
12. Hazırlamış olduğunuz yemekte (tavuk, balık ve sebze yemeklerinde) kullanabilirsiniz.

Balık Malzemeleri: (12 kişilik)

1. Torik balığı (1,5 kg/dilimlenmiş fileto şeklinde)
2. Marinad (terbiye) malzemeler
3. Morney sos (10 porsiyonluk)
4. Kaşar peyniri (200 gr)
5. Sıvıyağ (su bardağı)

Balığın Marina (Terbiye) Edilmesi:

Malzemeler:

1. Zeytinyağı (1 su bardağı)
2. Defne yaprağı (2-3 adet)
3. Beyaz karabiber (yarım çay kaşığı)
4. Limon suyu (1 fincan)
5. Kekik (1 tatlı kaşığı)
6. Tuz (1 tatlı kaşığı)

Yapılışı/İşlem Basamakları:

1. Balıkları alabilecek büyüklükte bir borcam/fırın tepsisi hazırlanır.
2. Marina (terbiye) işleminde kullanılan tüm aromatik malzemeler bu kaba konur ve birbirine iyice karıştırılır.
3. Balık filetoları, bu marinad karışımının içine yerleştirilir.
4. Filetolar bu marinad karışımının içinde alt üst edilerek karışım ete yedirilir.
5. Bu alt-üst etme işlemi 1-2 saat içinde 3-4 kez tekrarlanır.
6. Marinad işleminde mutlaka marinad malzemeler balığın yüzeyini örtmelidir.
7. Marinad işlemini tamaladıktan sonra borcama streç geçilir dolapta 1-2 gün kadar dinlendirilir.
8. Balığı marina etme işlemi tamamlandıktan sonra, balık filetoları amacına uygun pişirmeye alınır.

Balık Filetolarının Pişirilmesi:

1. Fırının ısısı 180 dereceye getirilir.
2. Fırın tepsisine veya borcama marina edilmiş olan balık filetoları alınır.
3. Balıkların üzerine biraz sıvıyağ gezdirilir ve sıcak fırına konur.
4. Balıklar pembeleşinceye kadar 30 dakika kadar pişirilir.
5. Bifteğin bir yüzeyi pişince diğer yüzü çevrilir.
6. **Balığın kendi suyunu kaybetmeden pişirmeniz en önemli noktadır. Kendi suyunu kaybederek kurumuş olan etin lezzeti de çok düşük olur.**
7. Balıklar piştikten sonra, ana yemek tabağına alınır.
8. Pişmiş balık filetosunun üzerine daha önce hazırlanmış olan sıcak **morney sos** dökülerek servis edilir.
9. Afiyet olsun...