Bütün olarak **haşlanmış kırlangıç balığı**

Tarif yazan V-ZUG A.Ş.



Hazırlama	20 Dak.
Pişirme süresi	30 Dak.
Cihaz	Combair-Steam SE 2015 itibarıyla

Marinat

1 Limon otu demeti

1 Zencefil parçası, küçük

1 Pepperoncini biberi

2 Çor. k. Soya sosu, tatlı

1 Çor. k. Susam yağı

2 Çor. k. Shaoxing şarabı

1 Çor. k. Deniz tuzu

1 Çay k. Şeker

1 çimdik Karabiber

Limon otu, zencefil parçası ve Pepperoncini biberini ince ince kıyın. Marinat için tüm malzemeleri iyice karıştırın ve soğumaya bırakın.

Pirinç

200 g Uzun taneli pirinç, örn. yasemin pirinci

250 ml Su

Pirinç ve suyu porselen kabına koyun ve delikli fırın tepsisi içinde ısıtılmamış pişirme alanına yerleştirin. Buharla pişirin.

Buğulama esnasında 100 10 Dak. °C

Kırlangıç balığı

1½ kg Kırlangıç balığı, ayıklanmış ve derisi alınmış

1 Zencefil parçası, orta boy

1 Pepperoncini biberi

½ demet Kişniş

2 Yeşil soğan

Zencefil, biber, kişniş ve yeşil soğanları şeritler halinde kesin. Biber, kişniş ve yeşil soğanları garnitür olarak bir kenara koyun. Yeşil soğan şeritlerini paslanmaz çelik tepsiye koyun ve kırlangıç balığını bunun üstüne koyun. Her iki tarafına marinat sürün ve zencefil parçalarıyla kaplayın.

Paslanmaz çelik tepsiyi pilav için pişirme alanına yerleştirin. Buharla pişirmeye devam edin.

Pişirilecek yemeği koyun

Buğulama esnasında 100 14 Dak. °C

Pak Choi

2 Pak Choi

1 Çor. k. Susam yağı

Tuz

Pak choi'yi yıkayın ve tek tek yapraklara ayırın. Üzerine biraz susam yağı serpin, tuzlayın ve pilavın yanında delikli fırın tepsisine koyun. Buharla pişirmeye devam edin.

Yiyecekleri ekleyin

Buğulama esnasında 100 6 Dak. °C

Hazırlanması

5 Çor. k. Fıstık yağı

Fıstık yağını ısıtın ve kırlangıç balığını pişirme alanından çıkartın. Yağı kırlangıç balığının üzerine dökün ve bunu garnitür, pilav ve pak choi ile süsleyin.

Aksesuar

paslanmaz çelik tepsi

Porselen kalıp ⅓ GN, yükseklik 65 mm

Delikli fırın tepsisi 430 × 370 × 25 mm

Ek bilgi

Oluşturulma tarihi	11.12.2019