



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

ASMA YAPRAĞINDA SARDALYA

30 Sardalya balığı
Yarım limon suyu
30 Asma yaprağı
Yeteri kadar tuz ve karabiber.
1 Çay fincanı zeytinyağı

Sardalya balıklarını ayıklayıp iyice yıkayınız. Bunları saracağınız asma yapraklarını da yıkayınız. Balıklara zeytinyağı sürünüz. Tuz ve biber ekiniz. Sonra dolma yapar gibi her birini bir asma yaprağına sarınız ve geniş bir tepsiye yerleştiriniz. Tepsiyi orta ısıdaki fırına sokunuz. 20 -> 25 dakika içinde Sardalya balıkları pişecektir. 1 fincan zeytinyağıla limonu çırpın ve içine tuz koyun. Balığı tepsiyle fırından alarak yapraklı halde servis yapın. Sos olarak balığa zeytinyağı limon karışımını dökün.