



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## AZ PİŞMİŞ TON BALIĞI

Tonbalığı  
Susam yağı  
Susam çekirdeği  
Tuz  
Karabiber  
Soya sos  
Doğranmış taze soğan  
Doğranmış kırmızı biber

Kalın bir parça taze ton balığı üzerine biraz susam yağı, susam çekirdeği, tuz ve karabiber sürün. Her iki tarafını da harlı ateşte üçer dakika pişirin. Ateşin altını kapayın ve ton balığını bir kesme tahtasının üzerine yerleştirin. Kalın dilimler halinde kesin. Tuzu azaltılmış soya sosun içine, taze soğan ve küçük kırmızı biberin parçalarını ekleyin ve ton balıklarını bu sos ile servis yapın.