



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAHARATLI BALIK (LÜBNAN)

Malzemeler

2 adet levrek(küçük boy-yaklaşık 300 gram/adet)

1 su bardağı dövülmüş ceviz içi

3 adet soğan (orta boy)

1 su bardağı tahin

2.5 fincan zeytinyağı

5 diş sarımsak

½ bardak limon suyu

Tarçın

1 demet maydanoz

Yeni bahar

Karabiber

Tuz

Yapılışı

Levreklerin üstünü çizgin, içini ve üstünü limonlayıp, tuzlayıp 15 dakika kadar oda sıcaklığında bekletin. Bilahare levrekleri yağlanmış tepsiye dizip 160-180oC'a ayarlanmış fırında 20 dakika pişirin. Sonra balıkların derisini ve kılçıklarını ayıplayıp çok küçük parçalara doğrayın.

Çok ince doğranmış soğanları yağda kavurun (yakmayın). İnce doğranmış maydanoz ile ince dövülmüş sarımsağı ilave edip kavurmaya devam edin.Kavrulmuş karışıma limon suyu, tahin, dövülmüş ceviz, karabiber, bolca yenibahar ve kararınca tuz ilave edin. Karışımı bir kaba alıp balık etini ilave edin ve iyice karıştırın. Düz tabaklara balık şekli vererek yerleştirin.

Soğuk servis yapılır.