



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAHARATLI TON BALIĞI

1 kg orkinoz (ton balığı)
2,5 yemek kaşığı tereyağı
bir tutam maydanoz
2 yemek kaşığı biberiye
2 yemek kaşığı mercanköşk
1 yemek kaşığı kekik
2 çay kaşığı karabiber
2 adet domates
yeteri kadar tuz

Doğranmış maydanoz, mercanköşk, kekik, biberiyeyi, karabiber ve tuzu iyice karıştırın. Orkinoz etini pişirme kağıdının üzerine yerleştirin. 2,5 yemek kaşığı tereyağını üzerinde gezdirip hazırladığınız baharat karışımını üzerine serpin. 225 derece fırında pişirin.
Domates dilimlerini servis tabağına yerleştirin ve tuz ile tatlandırın. Üzerine pişen ton balığı etini koyup servis yapın.