



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİNEKOP IZGARA

Malzemeler:

500 gr. çinekop balığı

1 adet limon

Yarım fincan sıvıyağ

1 adet soğan

Tuz

Karabiber

Maydanoz

Yapılışı:

Balıkları yıkayıp suyunu süzdürünüz. Tuzlayıp biberleyiniz. Bir fincan sıvıyağ döküp balıkları yağlayınız, ızgaraya diziniz, 10-15 dk. altını üstünü pişiriniz. Maydanozu ince kıyınız. Soğanı piyaz sağanı gibi doğrayıp tuzla ovduktan sonra yıkayınız ve maydanozu katınız. Bir limonun suyunu da sıkıp, maydanoz ve soğan karışımına koyup hepsini karıştırınız. Balıklar pişince servise alıp bu sosla beraber servis yapınız.



Fotoğraf "not defteri" tarafından gönderildi. 15.04.2018