



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATES SOSLU KILIÇBALIĞI RULOLARI

- 2 dilim beyaz sandviç ekmeđi
- ½ su bardağı ince maydanoz kıyılmış
- ⅓ fincan dolmalık fıstık
- ¼ su bardağı altın kuru üzüm
- ½ çay kaşığı ve 4 dal ince kıyılmış taze mercanköşk
- ¼ çay kaşığı Tuz
- 1 çay kaşığı Taze öğütölmüş karabiber
- 1 ½ kilo kılıç bifttek, doğranmış
- 1 su bardađı domates sosu

Fırını 400 derecede ısıtın bu esnada küçük bir pişirme kabını hafifçe yağlayın. Sandviç ekmek, maydanoz, dolmalık fıstık, kurum üzüm, sana yağ, doğranmış mercanköşkü, ¼ çay kaşığı tuz ve bir miktar karabiberi rondadan geçirin.

Balık parçalarını bir tabağa yerleştirep tuz ve karabiber ile harmanlayın. Balıkların üzerine 3 çay kaşığı ekmekli karışımdan ekleyerek rulo haline getirip dikin ve dikişli yerler alta gelecek şekilde pişirme kabına yerleştirin. Üzerine domates sosunu döküp, kalan ekmekli karışımı da balıkların üzerine serpiştirin. Yağ ve mercanköşkü dallarını da ekleyin. Balıklar olana kadar yaklaşık 12 dakika kadar pişirin.

