



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA ÇİNEKOP

1 kg. çinekop (10 cm. defne yaprağı)
1 baş soğan
5 diş sarımsak
1 fincan sıvı yağ
Tuz
8-10 dilim limon

Balıkları kafalarını koparın, içlerini çıkarıp yıkayın. Soğanları pizaylık doğrayın. Sarımsakları soyun. Bir fırın tepsisini yağlayın, üzerine balıkları tek sıra halinde dizin, değer kalan malzemeleri de balıkların üzerine homojen serpiştirin. Balıklar pişene kadar fırında pişirin.

[ML® Fırında Çinekop için tıklayın](#)

