



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## FIRINDA PALAMUT

Malzemesi  
3 adet palamut  
1 baş soğan  
3 kaşık zeytinyağı  
4 adet domates  
1 adet limon  
Tuz  
Karabiber

Balıkları yıkayıp temizleyin. Yağlanmış tepsiye dizerek üzerine tuz ve karabiber serpin. Soğanı rendeleyip sıktıktan sonra elde edeceğiniz 1-2 kaşık soğan suyunu balıkların üzerine serpin. İnce doğranmış yuvarlak limon ve domates dilimleri yerleştirerek biraz zeytinyağı gezdirin. Tepsiyi orta ısıda fırına yerleştirerek balıkları pişirin. Kabında servis yapın.