



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA PALAMUT PİLAKİSİ

1 adet palamut
1 adet soğan
1'er adet limon ve domates
2 adet defne yaprağı
Yeteri kadar ayecek yağı
Yeteri miktarda tuz
Yeteri kadar karabiber ve su

Palamut balıkları ve kuru soğanı halka halka doğruyoruz. Fırın kabının altına soğanları diziyoruz. Üzerine palamut balığını koyuyoruz. Üzerine kabuğu soyulmuş iri doğranmış domates, defne yaprağı, tuzunu, yağını ve yeteri kadar suyunu koyup, en son üzerine limon dilimlerini diziyoruz. 180 derecelik ısıtılmış fırında 25 dakika pişiriyoruz. Soğuk ya da ılık servis edilebilir. Üzerine ince doğranmış maydanoz serpilebilir.