



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SOMON

Güllü Balcı

2 adet büyük somon
1 adet soğan
Maydanoz
Sıvı yağ
1 adet domates
1 adet limon

Büyükçe bir somon balığını temizledikten sonra tam kesmeden dilimliyoruz, dikkatlice fırın kabına yerleştiriyoruz. 3-4 diş sarımsağı ezerek bir kaseye alıyoruz. 1 limonun suyu tuz, karabiber, kırmızı biber biraz da zeytinyağı ile karıştırıp balığın karnına bolca sürüyoruz, kalanını da üzerine sürüyoruz. 1 adet doğranmış kuru soğanı iri doğranmış birkaç dal maydanozla karıştırıp balığın karnına dolduruyoruz. Söğüş doğranmış domates ve limonu balık dilimlerinin arasına yerleştiriyoruz, üzerine biraz tuz serpip biraz da zeytinyağı gezdirdikten sonra önceden ısıtılmış 220 derece sıcak fırında yarım saat pişiriyoruz.

