



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SOSLU USKUMRU

1 kilo Uskumru balığı

2 adet soğan

2 adet patates

1 adet limon

Sos için:

3 diş sarımsak

2 yemek kaşığı su

1 tatlı kaşığı kekik

1 çay kaşığı karabiber

1 çay kaşığı pul biber

1 yemek kaşığı sirke

Çeyrek limon suyu

Öncelikle sosunuzu hazırlayın. Bunun için sarımsakları soyup doğrayın. Yağını ve baharatlarını katıp karıştırın. Tepsiyi doğranmış patatesleri döşeyin.

Temizlenmiş uskumruyu tuzlayın. Bu sosa batırıp patateslerin üzerine yerleştirin.

2 adet soğanı doğrayıp kalan sosun içine atıp ovalayın.

Soğanları balıkların üzerine serpiştirin.

Bir çay bardağı suyu tepsinin kenarından dökün.

Balığın ağzını kapatıp yarım saat 250 derecelik fırında pişirin. Daha sonra ağzını açıp 10 dakikada öyle pişirin.

15 dakika dinlendirip servis edin.

