



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## GARNİTÜRLÜ BARBUNYA BALIĞI

### MALZEMELER

- 1 Kilo barbunya balığı
- 2 Adet kabak
- 2 Adet havuç
- 3 Adet domates
- 2 Adet soğan
- 1 Su bardağı su
- 5 Çorba kasığı zeytinyağı
- 1 Tutam kırmızı safran
- 1 Dis sarımsak
- 5 Çorba kasığı mayonez
- 4-5 Dal maydanoz
- 3-4 Adet taze soğan sapı
- Tuz, karabiber, kekik

### YAPILIŞ TARİFİ

- Balıkları temizleyip yıkayın.
- Süzgece alıp suyunun süzülmesi için bekletin.
- Havuç ve kabakları ince ince dilimleyip, soğanları halka halka doğrayın.
- Domatesleri dilimleyin.
- Balıkları fırın kalıbına dizin.
- Hazırladığınız sebzeleri değişimli olarak balıkların üzerine yerleştirin.
- Soyulmuş sarımsak, kıyılmış maydanoz, kırmızı safran, kekik, tuz ve karabiber ilave edin.
- Zeytinyağı ve suyu ekleyip önceden ısıtılmış 180 dereceye ayarlı fırında 20 dakika pisirin.
- Servis tabağına alıp mayonez eşliğinde üzerine kıyılmış taze soğan sapı serperek servis yapın.