



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## IZGARA TON BALIĞI

Eyüp Sevinç

4 adet temizlenmiş ve derisi alınmış ton balığı filetosu  
350 gr kiraz domates  
3 adet sarı Amerikan biberi  
Balsamik sirke  
Fesleğen yaprakları  
¼ adet rezene  
Taze nane yaprakları  
Zeytinyağı

Domateslere çatalla küçük delikler açın. Zeytinyağı, tuz ve karabiber ile tatlandırıp 150 derece fırında 20 dakika pişirin. Ton balığı filetolarını zeytinyağı, fesleğen, nane ve rezene ile tatlandırıp 15 dakika marine edin. Biberleri jülyen kesip kızletin. Yağsız tavada tonbalığını, marine ettiğiniz aromalı zeytinyağıyla 5 dakika soteleyin. Dilimlenip kızlenmiş biber, tuz, iri doğranmış taze nane ve balsamik sirkeyi ekleyip karıştırın. Kızlenmiş kiraz domatesler üzerine ton balığı filetolarını yerleştirip servis yapın.

