



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA PALAMUT

Oktay Usta

5 palamut
2 soğan
4 domates
6 biber
limon
zeytinyağı
tuz
karabiber
Üzeri için:
maydanoz

İlk olarak soğanları piyaz şeklinde kesin. Fırın tepsisine soğanları alın. Biberleri iri olarak kesin.Domatesleri küp olarak kesin. Palamutları halka şeklinde kesin. Tepsie palamutları dizin. Palamtun üzerine sıvıyağ, tuz, tane karabiber ve 2 yada 3 yaprak defne yaprağı ilave edin. Üzerine limon dilimleri ilave edin. Palamutları önceden ısıtılmış olan 180 derecelik fırına verip palamutların üzeri kızarana kadar fırında tutun.Daha sonra palamutların üzerine domates ve biberleri ilave edip tekrar 180 derecelik fırına verin.