



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## HARDAL SOSLU SOMON FİLETO

4 adet somon balığı filetosu  
4 adet soğan  
5 yemek kaşığı Fransız hardalı  
2 su bardağı balık suyu  
1 çay kaşığı tuz

Somon filetolarını fırının ızgarasında pişirin. Hardal sosunu hazırlayın; soğanı incecik kıyın ve 2 çorba kaşığı zeytinyağında sarartın. Sonra balık suyunu katın. Kaynayınca içine 5 çorba kaşığı hardalı koyun, tuzunu ayarlayın ve iyice karıştırın. Somon filetolarını göbek salata ve taze soğan ile süslenmiş tabaklara paylaşın. Üzerlerine hardal sosunu döküp hemen servis yapın.

---