



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KEFAL PILAKİ

2 kg kefal balığı
250 gr zeytinyağı
1 demet maydanoz
2 su bardağı su
1 adet sarımsak
5 adet patates
5 adet domates
2 adet kereviz
2 adet soğan
5 adet havuç
1 adet limon
karabiber
kekik
tuz

Soğanları temizleyip, piyaz olarak kesin, sarımsak, ufak parçalar halinde doğranmış havuç ve zeytinyağı ile beraber tencerede 15 dakika kaynattıktan sonra 2 su bardağı sıcak su ilave edin, tuz ve biber koyup havuçlar pişinceye dek kaynatın. Patatesleri soyup, küçük küçük doğrayın ve havuçların üzerine koyun. Buna bir parmak kalınlığında kestiğiniz balık, kabuklarını soyduktan sonra çekirdeklerini çıkarıp ufak ufak doğradığınız domates, halka halka kestiğiniz limon, maydanoz ve biraz kekik ilave edip, tekrar yarım saat kaynatın ve servis tabağına alın. Soğuduktan sonra servis yapın.