



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MANTARLI PALAMUT PİLAKİ

5 kişilik  
2 adet palamut  
Yarım kg patates  
Yarım kg havuç  
2 adet sivribiber  
250 gram domates  
1 su bardağı mantar  
2 adet soğan  
1 su bardağı sıvıyağ  
1 tatlı kaşığı tozşeker  
2 su bardağı su  
Tuz

1 Temizlenmiş palamutu kuşbaşı, soğanı da yemeklik doğrayın. Mantar ve sivribiberleri dilimleyin. Domatesi rendeleyin veya soyup küp küp doğrayın.  
2 Havuç ve patatesi haşlayıp küçükçe doğrayın. Büyükçe bir tavaya sıvıyağı alıp kızdırın. Soğanı yağda pembeleştirin. Diğer sebzeleri de alarak 20 dakika sote yapın.  
3 Palamutu, iki su bardağı su, tuz ve şekerini ekleyin. Balık iyice yumuşayana dek pişirin. Üzerini bolca ince kıyılmış maydanoz ile süsleyip, servis yapın.