



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.