



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PALAMUT YAHNİSİ

2 adet palamut balığı
3 adet soğan
1 bağ maydanoz
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
2 adet domates
6 çorba kaşığı sirke
6 çorba kaşığı sıvıyağı

Temizlenmiş balıkları yıkayıp, bir süzgece çıkaralım. Suları süzülünce bir toprak güvece yerleştirip, aralarını halka soğanlar ve dal maydanozlar ile dolduralım. Kabukları soyulup doğranmış domatesleri ekleyip, tuzunu ve biberini serpelim. Üzerlerine sirkeyi ve yağı da gezdirelim. Balıkların düzeyine gelecek kadar su ekleyelim. Güveci kısık ateşe koyalım. Balıklar suyu çekip, yalnızca sıvıyağı kalıncaya kadar yaklaşık 1 saat pişirelim. Ateşten alıp, 15 dakika dinlenmeye bırakalım. Servis yapalım.