



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PAPAZ YAHNİSİ (ALABALIK)

Ayşe Tüter

4 tane sazan balığı veya alabalık  
6 adet soğan (yarım ay şeklinde doğranmış )  
1 çay bardağı YONCA kanola yağı  
4 çorba kaşığı YONCA domates rendesi  
4 yeşil biber (ince kıyılmış)  
1 tatlı kaşığı YONCA sarımsak ezme  
Maydanoz  
tuz  
karabiber  
1 limon suyu  
1 su bardağı un (kızartmak için)

Balıkları una bulayıp kızgın yağda kızartın, kalan yağa soğanları, yeşil biberi, domates rendesini, sarımsak ezmesini, tuzu, karabiberi ilave edin, karıştırın. Balıkları fırın kabına alın, üzerine soğanlı karışımı dökün, limon suyu gezdirin 180 derecelik fırında 20 dakika pişirin. Maydanoz serpip servis yapın.