



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ ÇİPURA

- 1 bütün çipura balığı,
- 1 adet brokoli (bütün)
- 1 adet sarı dolmalık biber
- 8 adet kişniş yaprağı
- 1'er adet havuç ve pırasa

Balığı bütün olarak ızgarada pişirin. Sebzeleri uzunlamasına kesin. Brokoliyi de küçük parçalara böldükten sonra tüm sebzelerle birlikte tavada sote edin. Sebzeleri kızarttığınız balığın üzerine yerleştirin. Kişniş yapraklarıyla süsleyerek servis yapın.
