



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

SOM YAHNİSİ

Balığın dilimini az tuzlu suda haşlayarak süzünüz. Deri ve kılçıklarını ayırıp etlerini, bir kaşık tereyağı, çentilmiş bir soğanla tencereye koyunuz. Kuvvetli ateşte etler pembeleşinceye kadar çevirip, tencereyi orta ateşe çekiniz. İçine, doğranmış 8-10 domates, etlerle beraber oluncaya kadar su, ya da etsuyu koyunuz. Tuz, biber ve baharat ekip yavaş yavaş pişmeğe bırakınız. Sekiz, on dakika sonra tereyağında kızartılmış patatesle kıyılmış maydanoz koyup 5 dakika pişiriniz.
