



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TON BALIĞI GÜVEÇ

1 adet orkinos (ton) balığı
Yarım bardak sirke
1 adet limon suyu
3 adet domates
3 adet sivribiber
50 gr. margarin
3-4 adet karanfil
10 adet arpacık soğan
2-3 adet defne yaprağı
1 tatlı kaşığı kekik, pulbiber
1 çay kaşığı tuz
yarım demet maydanoz

Orkinos balığını temizleyip derisini yüzün. Etlerini kuşbaşı şeklinde doğrayın. Güvece arpacık soğanları koyup margarinle kavurun. Domates ve biberleride ekleyip soteleyin. Orkinos balığını sirkeli ve tuzlu suda bekletin. Sotelenen soğanların üzerine balığı ekleyin.hafif çevirin. Defne yaprağı, karanfil ve baharatları ekleyip çok az su ilavesiyle pişirin. Ocaktan almadan üzerlerine doğranmış maydanoz serperek servis edin.