



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AKDENİZ USULÜ SOMON FİLETO

1 adet soğan
250 gr. yoğurt
6 adet somon fileto
300 ml. sebze suyu
3 sap taze soğan
1 adet limonun kabuğu
30 ml. limon suyu
2 adet defne yaprağı
50 gr. hardal
Karanfil
Tuz
Karabiber

Soğanı soyun ve dörde bölün. Defne yaprakları, karanfil, tuz, karabiber ve sebze suyu ile kaynatın. Somon filetoları kaynamakta olan karışıma ekleyin. Ağız kapalı olarak kısık ateşte 20 dakika pişirin, suyunda soğumaya bırakın.

Mayonezi, limon kabuğu rendesi, halka kesilmiş soğanlar, limon suyu, yoğurt, hardal, tuz ve karabiber ile karıştırın. Filetoları servis tabaklarına alın. Üzerlerine hazırladığınız mayonezli sostan serpiştirin. Yanında patates salatası ve kuşkonmaz ile birlikte servis yapın.