



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ALABALIK DOLMASI

Malzemeler

1.5 kg alabalık
2 orta boy soğan
2 orta boy domates (250 gr)
yarım demet maydanoz
10-15 tane taze asma yaprağı
3 çorba kaşığı kuşüzümü
3 çorba kaşığı çamfıstığı
1/4 su bardağı pirinç
1/2 su bardağı zeytinyağı
7-8 defne yaprağı
2 limon
karabiber

Maydanoz ve asma yapraklarını incecik kıyın. Soğanları ikiye bölün, halka halka kesin. Domatesleri soyup ufak küp şeklinde doğrayın. Yağı bir tencereye koyup ısıtın. Çam fıstıklarını ekleyin, renkleri pembele-şince soğan halkalarını ilave edin. Onların da rengi dönünce pirinçleri ekleyin 2 - 3 dakika kavurun. Asma yaprakları, maydanoz, domates, kuşüzümleri, karabiber ve 100 ml su ekleyip bir taşım kaynatıp ateşten alın. Kapağını kapatıp dinlendirin. İç malzemesi biraz soğuyunca balıkları bir daha yıkayıp kağıt havlu ile kurulayın, az yağlanmış tepsiye dizin. İçlerine malzemeyi paylaştırın, üzerlerine kabuğu soyulmuş limonları dilimleyin, defne yapraklarını aralarına serpiştirin. 180C fırında 30-35 dakika pişirin.

[ML® İstavrit Dolması için tıklayın](#)