



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ALABALIK DOLMASI

- 1 Alabalığı sırt tarafından açıp, çiğ olarak kılçıklarını çıkartınız. Kılçıkları iki uçtan çıkarabilmek için makas kullanınız.
  - 2 Turna balığının yumurtalarından hazırlayıp, bir huni ile balıkların içine sıkınız ve sırt kısmını iğne iplikle dikişiniz. (Özel doldurma aleti kullanırsanız işiniz kolaylaşır).
  - 3 Fırında pişiriniz.
-