



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ASMA YAPRAĞINDA BARBUNYA BALIĞI

Yarım kg. Barbunya Balığı
100 gr margarin
Yarım çay bardağı Limon Suyu
1 Kase Yağlı Kağıt
Yeteri kadar Tuz
Yeteri kadar Asma Yapağı
Kırmızı soğan
Roka

Yapraklar salamura ise 1 saat ılık suda bekletip sıkın.
Temizlenip yıkanan balıkların yüzgeçlerini makasla kesip kağıt havluyla kurulayın.
Margarin tuz ve limonu çırparak elde edeceğiniz pişirme sosunu balıkların iç ve dış yüzeylerine sürün.
İkişer asma yaprağına sarın (Başı ve kuyrukları açıkta olacak şekilde sarın.)
Yayvan bir kabı az yağlayıp balıkları dizin.
Üstünü yağlı kağıtla kaplayıp 100 derece ısıtılmış fırına koyun, 4-5 dakika pişirin, çevirip tekrar pişirin.
Kırmızı soğanlı, rokalı bir tabakta servis yapın. Asma yaprakları salamura olduğu için onları da balıkla birlikte yiyebiliyorsunuz.
Eğer taze yaprak kullanıyorsanız tuz ekleyin ama salamura yaprak kullanıyorsanız tuza dikkat edin.