



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ASMA YAPRAĞINDA TEKİR

500 gr tekir balığı
Yarım ay bardağı zeytinyağı
1/4 çay bardağı limon suyu
1/4 çay bardağı elma sirkesi
ekilmiş tuz
Asma yaprağı

Balıklar bir gün evvelinden marineye yatırılır.

Yaprakların kenarlarını keserek balığın kafa ve kuyrukları dışarda kalacak şekilde balıkları sarın.

Sonra asma yaprağına sarıp fırında gözleri beyaz olana kadar pişiririz.

Aynı řekilde tavada da bu yemeđi yapabilirsiniz. Narin bir eti olan tekir çok çabuk piřer.

Tavanızı iyice ısıtın ve balıkları pişirin. Piřip pişmediğini ise balıkların kafaların pişmesinden anlayabilirsiniz.

Yanan yapraklardan çıkan fme kokusu balıklara hoş bir aroma katar.

