



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA ASMA YAPRAĞINDA SARDALYA

Malzemeler

1 kg. Sardalye

Balıkların adedinde asma yaprağı

2 limon suyu

1 ay bardağı zeytinyağı

tuz

karabiber

Yapılışı

Balıklar iyice temizlenir, pulları kazınıp yıkanır. Sularının süzölmesi için kevgire alınır. Diğer tarafta, limonsuyu, tuz, karabiber, pul biber, zeytinyağı hepsi karıştırılarak süzölmüş balıklar ile harmanlanır ve bu sosu iyice çekmesi için beklenir. Diğer yanda asma yaprakları kaynar suda bekletilip sapları kopartılır. Masada yayılan yaprakların içine balıklar koyularak kuyrukları dışarıda kalacak şekilde tek tek sarılır. Kalan sos yapraklara sarılmış balıkların üzerine dökölür. Tepsiye yerleştirilen balıklar fırında asma yaprakları kızarınca kadar pişirilir. Yeşil salata ile servis yapılır.