



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BADEMLİ ALABALIK (FAS)

4 adet alabalık
300 gr soyulmuş badem
1/4 çorba kaşığı taze kişniş
1/2 çay kaşığı toz tarçın
1/2 çay kaşığı taze zencefil
200 gram pirinç
2 soğan
100 gram biber
100 gram şeker
60 gram tereyağı

Pirinçleri az suda haşlayın. Soğanları ince kıyın. Bademleri file doğrayın. Fırınınızı 160 derecede yakın. Alabalıkların içini temizleyin akan suda yıkayın, mutfak kağıdı ile kurulayın. Bir kasede haşlanmış pirinç, soğan, badem, kişniş ve tarçını iyice karıştırın. Bu karışımı dörde bölüp alabalıkları doldurun. Balıkları yağlanmış bir fırın kabına koyup, üzerine eritilmiş tereyağı, şeker ve biber karışımını dökün. Fırın kabını ısıtılmış fırında 20 dakika pişirin. Fırından çıkınca çok az tarçın serperek servis yapın.