



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALIK MARİNESİ

Necip Usta

2 adet orta boy soğan
3 adet defne yaprağı
1 adet limon
6 dal maydanoz
1 tatlı kaşığı tane karabiber

- 1) Soğanı piyaz doğrayınız; defne yapraklarını 3'e bölünüz; limonu da soğan gibi doğrayınız; maydanozu 3'e bölünüz; tane karabiberi merdane veya şişe ile hafifçe eziniz.
- 2) Hepsini birlikte 1 dakika ovup karıştırınız.
- 3) Balık pişirilmeden 15 dakika önce alt ve üstüne sürüp, bekletiniz.

Not: Kılıç hariç diğer bütün balıkları ızgaraya koymadan önce hafif yağlayıp ızgarada pişiriniz. Böylece balığın derisi ızgaraya yapışmaz ve balık sulu kalır.