



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIKLI PATATES DOLMASI

4 büyük patates
Tuz
Karabiber
100 gr. ayıklanmış balık
3 taze soğan
1/2 limon
1/2 demet maydanoz
2 yemek kaşığı margarin

Patatesleri kabuklarıyla birlikte iyice yıkayıp 20 dakika kadar tuzlu suda haşlayın. Her patatesin yassı olan tarafını hafif yarın ve daha sonra da bir bıçakla patatesi zedelemeyen iç kısmını oyun. Çıkan iç kısmı haşlanmış, ayıklanmış balık etiyle karıştırın. Bu karışıma ayrıca kıyılmış taze soğanı, rendelenmiş limon kabuğunu, kıyılmış maydanozu, tuzu, karabiberi ve yumuşamış margarini karıştırın. Bu karışımı oymuş olduğunuz patateslerin içine doldurun, bu patatesleri de bir ızgara telinin üzerine dizip yüksek ısı fırında birkaç dakika pişirin. Yanında hazırlayacağınız uygun bir sosla servis yapın.