



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BARBUN SALATASI (ÇANAKKALE)

5 adet Çanakkale barbunu  
Yarım su bardağı kıyılmış badem  
Yarım çay kaşığı acı toz kırmızıbiber  
3 çay kaşığı deniz tuzu  
3 tatlı kaşığı zeytinyağı  
5 dal maydanoz  
5 dal dereotu  
3 adet taze soğan  
3 adet nane  
3 adet kişniş

Barbunların kılçıklarını temizleyin. Badem, kırmızıbiber, 2 çay kaşığı deniz tuzu ve 2 çorba kaşığı zeytinyağı ile iyice harmanlayıp, 2 saat dinlendirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında, balıkları fazla kurutmadan pişirin. Kıyılmış maydanoz, dereotu, soğanın yeşil kısımları, nane, kişniş, kalan 1 tatlı kaşığı zeytinyağı ve kalan tuzu derin bir kaptaki harmanlayıp servis tabağına alın. Barbunlarla birlikte servis yapın.