



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BARBUNYA BALIĞI BUĞULAMASI

500 gram barbunya balığı
2-3 adet domates
1 soğan (küçük)
1 çorba kaşığı zeytinyağı
maydanoz
1 limon
tuz

Balıklar temizlenir, yıkanır. Uzun bir kaba, sıra ile yerleştirilir. Üzerine iki domates suyu, ince doğranmış soğan ve maydanoz serpilir. Yağ ve tuz konur. Dilimlere kesilmiş domates ve defne yaprağı ilâve edilerek fırında veya üzerine yağlı kâğıt örtetek ateşte pişirilir. Balıkların üzerine limon dilimleri konarak servis yapılır.