



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA BARBUN

- 1 kilogram barbun balığı
- 10 adet arpacık soğan
- 10 diş sarımsak
- 4 adet domates
- 2 dal biberiye
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Barbunları bol suda yıkayıp sularını süzün.
Balıkları tuzlayıp kısa bir süre bekletin.
Arpacık soğanları soyup ufak ufak doğrayın.
Sarımsakları soyun ancak doğramayın.
Biberiyeleri ayıklayın.
Balıkların üzerine karabiber serpin ve zeytinyağı gezdirin.
Hepsini güzelce harmanlayın.
Tepsiye fırın kağıdı serip üzerine balıkları yerleştirin.
Sarımsakları ve soğanları da balıkların üzerine serpiştirin.
Domatesleri de soymadan dilimleyip balıkların aralarına dizin.
Ayıkladığınız biberiyeyi de balıkların üzerine dağıtın.
Fırını 180 dereceye ayarlayıp ısıtın.
Tepsiyi fırına verip balıkları 35 dakika kadar pişirin.
Sıcak servis yapın.

