



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYELİ MİRMİR

<https://www.elele.com.tr>

1 soğan
2 ay bardağı zeytinyağı
2 yemek kaşığı un
3 su bardağı su
Tuz
1 dal safran
1 ay bardağı sirke
1 su bardağı haşlanmış bezelye
1 orta boy mirmir balığı
1 demet maydanoz
3 diş sarımsak
Yarım su bardağı krema

İnce kıydığınız soğanı zeytinyağın da hafif soteleyin. 3-4 dakika sonra unu ilave edip kavurun. Su, tuz ve safranı ekleyip kaynatın. Kaynamaya başlayınca sirke ve bezelyeyi ilave edin. Kaynattığınız harcı ocaktan alıp kremayı ekleyin. Temizlenmiş balıkları bütün olarak yağlanmış fırın kabına yerleştirip kremalı harcı balıkların üzerine gezdirin. İnce kıyılmış maydanoz ve ince doğradığınız sarımsakları üzerine ilave edin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirip sıcak servis yapın.

