



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUĞDAY SOSLU SOMON

5 dilim somon balığı
1 su bardağı buğday
1 adet salatalık turşusu
1 adet kırmızı biber
2 adet yeşil biber
1 adet domates
1 tutam maydanoz
3 yemek kaşığı margarin
1 yemek kaşığı elma sirkesi
1 adet limon
Tuz
Pul biber

Buğdayı haşlayarak süzün. Margarin içine yarım limon sıkıp az da tuz katıp karıştırın. Bu sosu balığın üzerine yedirin, 170 derecede 20 dakika kızartın. Süzdüğünüz buğdayı bir kap içinde doğradığınız kırmızı biber, yeşil biber, domates ve sirke ile karıştırın. Üzerine bir kaç damla limon sıkın ve tuz döküp tekrar karıştırın. Küp küp doğradığınız salatalık turşusunu ekleyin; pişen balıkla birlikte servis tabağına alarak maydanoz ile süsleyip, servis yapın.

