



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUHARDA PIŞMIŞ SOMON VE SEBZELER

Somon 500 gr
Defne yaprağı 1 adet
Kuşkonmaz 8 diş
Brokoli 300 gr
Tane karabiber 5-6 adet
Limon Yarım adet
Taze kekik 3-4 adet
Sos için;
Zeytinyağı Yarım çay kaşığı
Limon 1 adet (suyu)
Hardal 1 tatlı kaşığı
Karabiber 1 çay kaşığı
Tuz 1 çay kaşığı

Arzum Chefim Çok Amaçlı Basınçlı Pişirici'nin içerisine 1 litre kadar suyu koyup içerisine defne yaprağı, limon, tane karabiber, taze kekik ve sarımsağı ekleyin.

Buharda pişirme telini koyduktan sonra somon balıklarını telin üzerine yerleştirin (su ile temas etmemesi gerekir).

Arzum Chefim Çok Amaçlı Basınçlı Pişirici'nizi Buharda Pişirme moduna alıp kapağını kapatın. 15 dakikaya ayarlayıp, pişmeye bırakın.

İşlem bittikten sonra basıncı boşaltın, kapağı açıp balıkları kenara alın. Aynı kaptaki kuşkonmaz ve brokolileri aynı şekilde pişirin.

Kuşkonmaz için 4 dakika, brokoli için 6 dakika yeterli olacaktır.

Sos için, hardalı bir kaba alın, zeytinyağını yavaş yavaş çırpma teli yardımı ile karıştırarak hardala ilave edip özleşmesini sağlayın. Limon suyunu, tuzunu ve biberini ekleyin. Sosunuzu sebze ve balık ile tüketebilirsiniz.

