



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BURMA DİL BALIĞI FİLETOSU

16 parça iri dil balığı filetosu

8 adet küçük domates

1 kahve fincanı zeytinyağı

2 adet limon

1 çorba kaşığı tereyağı

2 çorba kaşığı kapari çiçeği

1 bağ kıyılmış maydanoz

- 1) Domateslerin saplarını çıkarıp ortadan enine yarınız ve hafif zeytinyağı ile yağlayıp ızgarada 1'er dakika alt ve üstlerini pişiriniz.
- 2) Limonların kabuklarını tamamen soyup, zarlarını temizleyip küçük zar gibi doğrayınız.
- 3) Bir tavada tereyağını kızartıp, limonları ve kapari çiçeğini ilâve edip 1 dakika sote yapıp maydanozu ilâve ediniz.
- 4) Dilleri şiş olarak ve her dilin önüne 1 parça domates yerleştirerek hazırlayınız ve pişiriniz.
- 5) Üzerine limonlu ve kaparli harcı döküp hemen servis yapınız.