



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇALAR BUĞULAMA (GİRESUN)

500 gram çalar balığı (iskorpit)
2 adet domates
Yarım yemek kaşığı tereyağı
2 adet çarliston biber
2 adet kırmızı biber
Tuz
Sarımsak
Kırmızı pul biber

Domateslerin kabuklarını soyun ve dilimleyin. Orta boy bir tavada tereyağını eritin. Domatesleri de yağın üzerine ekleyip, kısık ateşte soteleninceye kadar pişirin. Üzerine balıkları aralıklı bir şekilde dizin. Çarliston biber ve kırmızı biberleri de ince ince doğrayıp balığın üzerine yayın. Sarımsak, kırmızı pul biber ve tuzunu da ilave edip tavanın ağzını kapatın. Ocağa 6-7 dakika kadar pişirin. Dilerseniz üzerine kaşar peyniri rendeleyip eriyene kadar pişirmeye devam edebilirsiniz.

