



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

CEVİZLİ PALAMUT (KOCAELİ)

Kocaeli Büyükşehir Belediyesi

Palamut 2 adet, büyük boy
Soğan 2 adet, orta boy
Ceviz 2 kase
Maydanoz 3-4 dal
Karabiber 1 çay kaşığı
Tuz 1 çay kaşığı
Tereyağı 3-4 yemek kaşığı
Sıvı Yağ 3 yemek kaşığı

2 adet büyük boy palamut, suyun içinde iyice yıkanır, kılçıklarından ayklanır. Filetosu çıkarılan palamutlar, tuzlu suyun içinde bekletilip kanı iyice akıtılarak temizlenir. Sonra palamudun suyu iyice süzülür. Tavanın içine sıvı yağ dökerek palamut filetoları ters-düz şekilde kızartılır. Balıklar kızardıktan sonra büyük bir fırın tepsisinin içine filetolar düz bir şekilde dizilir. Farklı bir tavaya soğan, maydanoz, ceviz, baharatlar ve tuz koyularak iyice kavurmaya başlanır. Hazırlanan harç, fırın tepsisine dizilen palamutların üzerine eşit bir şekilde dağıtılır. 3-4 yemek kaşığı kadar tereyağı, palamutların ve sosun üzerine eşit bir şekilde dizilir. Daha önceden ısıtılmış 200 derecelik fırının içerisinde pişirilir.

