



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİPURA FİLETE

1 Adet Çipura
1 Adet Taze Soğan
1/4 Demet Maydanoz
4 Yaprak Defne Yapağı
1 Adet Fırın Kağıdı

Sos:

1 Adet Limon
1 Çorba Kaşığı Tereyağı
1 Diş Sarımsak
1 Adet Patates
1/4 Adet Kırmızı Soğan
İsteğe Bağlı Tuz
İsteğe Bağlı Karabiber

Balık temizlenir. Fırın tepsisi yağlanır ve patatesler baharatla lezzetlendirilip dizilir. Defneyaprağı, soğan balığın içine yerleştirilip yağlı kâğıda sarılıp 12 dakika 180 derecede pişirilip fırından alınır. Çupranın derisi kolayca sıyrılıp balığın kılçıklarına zarar vermeden eti balığın kılçığından ayıklanır. İnce kıyılmış soğan, maydanoz, tuz karabiber ile balıketi karıştırılıp tekrar balığın kılçığına yerleştirilir. Ben mari usulü tereyağı eritilir içine limon sarımsak tuz atılarak sos hazır hale getirilir. Balığın üzerine servis edilip kızarmış patatesler ile servis edilir.