



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DEREOTU SOSLU SOMON FİLETOSU (FRANSA)

İçindekiler

800 g somon filetosu (derisi ile birlikte)

tuz ve karabiber

125 g yoğurt

2 çorba kaşığı kıyılmış dereotu

1 çorba kaşığı rende soğan

3 çorba kaşığı zeytinyağı

Balık filetolarını dörde bölün. Üzerlerine tuz ve karabiber ekin. Yoğurt ile dereotunu, soğanı, tuz ve karabiberi karıştırın. Thermospot tavaya zeytinyağı koyun. Balıkları, derileri alta gelecek şekilde kızgın yağa atın. Kalınlığına bağlı olarak 4 - 6 dakika pişirin. Bir tabağa alın ve dereotu sosuyla birlikte servis yapın.