



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİL BALIĞI SUFLE

THY Skylife

Malzemeler:

- 8 parça dil balığı filetosu
- 1 adet közlenmiş patlıcan
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 2 adet taze soğan
- adet közlenmiş renkli biber
- ½ demet maydanoz
- ½ demet dereotu
- ½ çay kaşığı Tuz
- ½ çay kaşığı Karabiber
- 1 tatlı kaşığı tereyağı (güveç kabını yağlamak için)

Hazırlanışı:

Közlenmiş patlıcan, taze soğan ve közlenmiş renkli biber küp şeklinde doğranır. Tuz, karabiber, zeytinyağı ve kıyılmış maydanoz karıştırılır. Dil balıkları 8 ayrı parça olarak rulo yapılır. Orta boy güveç kabı tereyağı ile yağlanıp etrafı dil balığı ruloları ile kaplanır. Ortasına patlıcanlı karışım konulur. 180 derece önceden ısıtılmış fırında 15 dakika pişirilir. Pişen dil balıkları servis tabağına güveç ters çevrilerek çıkarılır. Sıcak olarak servis edilir.