



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DOMATES SOSLU MEZGİT BALIĞI TAVA

150 gr mezzit balığı fileto  
2 adet domates  
5 adet çeri domates  
3 diş sarımsak  
2 dal teze kekik  
2 dal fesleğen  
4-5 adet kapari çiçek  
4-5 adet siyah zeytin  
2 dal maydanoz

Önce bütün domatesler 2 ye bölüp sarımsak, taze kekik ve zeytinyağı ile karıştırıp fırında pişirin. Daha sonra domateslerin kabuklarını soyup kalan malzeme blenderden geçirip püre haline getirin. Ocağa bir taşım kaynatıktan sonra fesleğen ve tuz ilavesi ile lezzetini ayarlayın. Mezzit balığı fileto tuzlayıp, baharatlayıp bir tavada zeytinyağında arkalı önlü pişirin.

Ayrı bir yerde tereyağında çeri domates, dilim zeytin ve kapari çiçeği sotelenip hazırlamış olduğunuz domates sosundan da bir fincan ilave edip kaynatın. Daha sonra çukur bir kâseye sosu koyup üzerine pişen mezzit balıklarını yerleştirin. Maydanoz süslemesi ile servis edin.

