



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ SARIAĞIZ

- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 4 adet sariağız filetosu (150'şer gramlık)
- 1/2 sivribiber, halka kesilmiş
- 1 adet defne yaprağı
- 4 dilim limon
- 1/2 tatlı kaşığı tuz
- 1 çorba kaşığı maydanoz
- 1/2 kahve fincanı sirke
- 4 adet orta boy domates

Ateşe dayanıklı bir cam kabı veya bir güveci ateşe koyunuz. Hafif kızdırıp tereyağını ve balıkları ilâve ediniz. 1 dakika altüst sote yapınız. Sirkeyi ilâve ediniz. Domateslerin kabuklarını soyup ortadan yararak çekirdeklerini çıkarıp ince ince doğrayınız ve balıkların üzerine ilâve ediniz. Sivribiberleri ve defne yaprağını da ilâve edip, her balığın üzerine birer dilim kabuğu soyulmuş limon yerleştirip tuzunu ilâve ediniz. Ağızını sıkıca kapatıp ağır ateşte gayet hafif kaynatarak 10 dakika pişirip, kıyılmış maydanozunu serpip servis yapınız.

Not: Sariağız bir Akdeniz balığıdır, sert etlidir.