



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNARLI LEVREK

MALZEMESİ:

1 levrek,
2'şer soğan, enginar ve domates,
sızma zeytinyağı,
karabiber,
tuz,
alüminyum folyo,
yağlı kağıt.

Balığın içini dışını yağlayıp, biber, tuzunu serpin. Doğranmış enginarlarla ve domatesleri ve piyazlık doğranmış soğanları harmanlayın. Karabiber, tuzunu ve yağını ayarlayın. Folyonun üzerindeki yağlı kağıdı serip, üzerine balığı yerleştirin. Sebzeleri de üzerine yayıp folyoyla kağıdı beraberce bohça gibi kapatın. 200 C. ye ısıtılmış fırında yaklaşık 1 saat pişirin.