



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA ASMA YAPRAĞINDA SARDALYE

1 kilo sardalye
1 limon
Yarım kilo asma yaprağı
Tuz karabiber, kekik
Az tereyağı ve zeytinyağı

Asma yapraklarının bir kısmını fırın kabı ya da güvecin içine yerleştirin. Üzerine temizlenmiş sardalyeleri dizin. Bir miktar zeytinyağı ve tereyağı gezdirip baharatlandırın. Daha sonra kalan asma yapraklarını da balıkların üzerini kapatmak için kullanın. Limon suyu sıkıp 200 derecedeki fırında 35 dakika kadar pişmeye bırakın. Servis yaparken yaprakların içinden çıkartıp ikram edin.
