



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

FIRINDA BALIK KÖFTE

- 2 adet levrek
- 3 adet yumurta
- 1/2 adet bayat ekmeđ
- 1 adet sođan (rendelenmiř)
- 1/4 fincan am fıstığı
- 1/4 fincan kuř üzümü
- 1 ay kaşığı yeni bahar
- 1 ay kaşığı toz kişniş
- 1 ay kaşığı tuz ve karabiber
- 3 orba kaşığı zeytinyağı

Palamutu karnını yarararak temizleyin ve başlarını gövdeden ayırın. Bol su ile iyice yıkayın. Balığı derince bir tencereye yerleştirip üstünü örtecek tarzda su doldurun, suya yeterince tuz ve bir çorba kaşığı sirke ilave edip 10 dakika kadar kaynatın. Balığın derisini ve kılçıklarını temizleyin. Kalan eti tüm malzemelerle birlikte mutfak robotuna koyun köfte kıvamını getirin. Diđer taraftan fırın tepsisini yağlayın ve üzerine yuvarladığınız balık köftelerini koyup muntazamca yayın. 160-180 °C'a ısıttığınız fırına sürüp 20 dakika kadar pişirin.