



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA CEVİZLİ İSTAVRİT DOLMASI

100 Gr Ceviz (çekilmiş)
7 Adet Defne Yaprağı
100 Gr Galeta Unu
600 Gr istavrit
1 Adet Limonun Suyu
1 Tutam Maydanoz
1 Kahve Fincanı Su
1 Tatlı kaşığı Toz Şeker
2 Çorba Kaşığı margarin
Tuz

İstavritleri temizleyip kılçıklarını çıkarın. Yıkayıp süzün ve kağıt havlu üzerine alın. Maydanozu temizleyip kıyın. Maydanoz, ceviz, galeta unu ve 1 tutam tuzu bir kasede karıştırın. 8 istavriti küçük küçük doğrayıp cevizli karışıma ilave edin ve karıştırın. Diğer istavritleri ikiye açıp içlerini cevizli karışımla doldurun ve kapatın. Fırın kabına, istavritleri açık kısımları üste gelecek şekilde yan yana dizerek sıkıca yerleştirin. Balıkların aralarına defne yapraklarını dik olarak yerleştirip üzerine eritilmiş sana yağı gezdirin. Toz şekeri limon suyunda eritip balıkların üzerine gezdirin. Su ilave edip 1 tutam tuz serpin. Üzerini alüminyum folyo ile kaplayıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin. Folyoyu çıkarıp 5 dakika daha pişirin. Sıcak olarak servis yapın.
