



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA HAMSI

- 1 kg hamsi
- 1/3 fincan zeytinyağı
- 7-8 çorba kaşığı limon suyu
- 1 çorba kaşığı kekik
- 1 tatlı kaşığı dağ kekiği
- 1 çorba kaşığı biberiye
- 1/2 çorba kaşığı rezene tohumu (isteğe bağlı)
- 1 tatlı kaşığı taze çekilmiş, iri parçalı yeşil ve pembe biber
- 1 tatlı kaşığı iri parçalı kaya tuzu

Hamsiyi, kafalarını ve içini ayıklayarak iyice temizliyoruz.

Fırın tepsisini 1-2 kaşık zeytinyağıyla yağlayıp hamsileri bütün tepsiyi dolduracak şekilde yan yana diziyoruz.

Kekik, dağ kekiği, biberiye ve rezene tohumlarını hamsilerin üzerine serpiyoruz. Karabiber ve tuz ekliyoruz.

Zeytinyağının geri kalanını da koyduktan sonra yemeğimizi, suyunu çekip de balıklar iyice pişene kadar, önceden 180 °C'de ısıtılmış fırında yaklaşık 30-35' dakika tutuyoruz.

Fırını kapatmadan biraz önce limon suyunu ekliyoruz.

Not: Hamsi yerine sardalye de kullanabiliriz.

