



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA MEZGİT

- 5 adet mezgıt
- 3 adet domates
- 2 adet soğan
- 5 adet sivri biber ya da köy biberi
- 4-5 dal reyhan
- 5-6 yaprak defne (kuru)
- 1 adet limon
- 1 su bardağı sıvı yağ
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı pul biber

Domates, soğan ve biberler halka halka doğranır.

Kenarlara reyhan serpiştirilip, balıklar farklı bir kaptaki baharatlanır.

Fazla sıkmadan karıştırılır.

Sonra tepsiye dizilir. Tepsinin üstü ve altı yağlı kağıt ile kapatılarak, 200 derece fırında 15 dakika pişirilir.

