



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA PALAMUT

3 palamut
5 orta boy domates
1 limon
100 gram sivri biber
500 gram soğan
1 çorba kaşığı salça
4 çorba kaşığı zeytinyağı
5 tane defne yaprağı
Tuz

Palamutlar temizlenir, kafaları ayrılır, kuyruk ve yüzgeçleri kesilir. Limon domates ve biberler yıkanıp dilimlenir. Soğanlar soyulur; yuvarlak yuvarlak dilinir. Defne yaprakları ikiye bölünür. Bütün bu malzeme güvece kat kat döşenir. Zeytinyağı, tuzu ve suda eritilmiş salçası konup kapağı örtülerek fırına verilir.