



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FIRINDA TEKİR

1 kg tekir  
2 orba kaşığı galeta unu  
1/2 su bardağı zeytinyağı  
2 diş kıyılmış sarmısak  
1 tatlı kaşığı kekik  
1/2 demet kıyılmış maydanoz  
1 tutam rendelenmiş limon kabuęu  
1/2 limonun suyu  
Tuz  
Tane karabiber

Pışırma kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine ayıklanıp yıkanmış ve kurulanmış tekirleri dizin. Kalan malzemeyi ayrı bir kasede karıştırıp, tekirlerin üzerlerine serpiştirin ve üzerlerini pışırma kağıdı ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 15-20 dakika pışırın. Sıcak olarak servis yapın.

