



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GÜVEÇTE DOMATESLİ TEKİR BALIĞI

8 adet küçük ya da 4 adet büyük tekir balığı
4 adet orta boy domates
2 adet dolmalık biber
1 adet limon
2 çorba kaşığı ince kıyılmış soğan
1 çorba kaşığı tereyağı
2 adet defne yaprağı
1/2 çorba kaşığı tuz
1 bağ dereotu yaprağı
1 çay kaşığı biberiye otu
16 adet çekirdeksiz yeşil zeytin

- 1) Tekirleri temizleyiniz, sonra bir güvecin dibini yağlayıp barbunyaları sıra ile diziniz.
- 2) Domateslerin kabuklarını soyup ortadan yararak çekirdeklerini çıkarınız ve ince doğrayınız. Biberi ortadan yarıp temizledikten sonra enine ince doğrayınız. Limonun kabuğunu ve zarını temizleyip ince çekirdeksiz olarak dilimleyiniz ve bir tencereye yağı koyup, kızdırıp soğanı ilâve ederek 1 dakika sote yapınız.
- 3) Sonra biberi ilâve edip bir kere karıştırdıktan sonra domates ve defne yaprağı ve tuzu ilâve ederek 5 dakika pişiriniz.
- 4) Barbunyaların üzerine dereotu yapraklarını ve biberiye otunu serpip limonları diziniz ve zeytini de serpip kaynatınız, biberli domatesi üzerine yayarak dökünüz, ağzını kapayıp fırına sürünüz.
- 5) 10 dakika ağır ağır pişirip, aynı kap ile servis yapınız.