



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GÜVEÇTE FISTIKLI VE CEVİZLİ TEKİR

1 kg tekir
2 çorba kaşığı margarin
1 çorba kaşığı dolmalık fıstık
1 çay bardağı ceviz içi
2-3 adet acı biber
100 gr mantar
2 adet domates
5-6 dal maydanoz
1 çorba kaşığı soya sosu
1 tutam kekik
1 tutam biberiye
1 tutam karabiber
Tuz

Öncelikle balığı temizleyin ve kılçığını çıkarın. Bol suyla yıkayıp, süzülmesi için bir kenara alın. Tavaya aldığınız margarin, dolmalık fıstık, ceviz içi ve acı biberi hafifçe soteleyin. Mantarı ilave edip, 1-2 dakika daha sotelemeye devam edin. Kabukları soyulmuş ve küp doğranmış domates, kıyılmış maydanoz, soya sosu, kekik, biberiye, tuz ve karabiber ekleyip, tüm malzemeyi şöyle bir çevirdikten sonra tavayı ocaktan alın. Balığı güveç kabına yerleştirin. Üzerine sotelenmiş fıstıklı karışımı yayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 15 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.