



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## GÜVEÇTE MÜREKKEP BALIĞI

16 adet mürekkep balığı filetosu  
1 diş çok ince kıyılmış sarımsak  
4 adet iri domates  
1 adet defne yaprağı  
2 çorba kaşığı zeytinyağı  
1/2 tatlı kaşığı tuz  
1 çorba kaşığı ince kıyılmış soğan  
1/2 kahve fincanı sirke

- 1) Mürekkep balığının içindeki mürekkep torbasını çıkarıp iyice yıkayınız ve ortadan 2'ye yarıp 1 santim genişliğinde enine dilimleyiniz.
- 2) Domateslerin kabuklarını soyup enine ortadan yararak çekirdeklerini çıkarıp ince doğrayınız.
- 3) Küçük bir tencereye zeytinyağını koyup kızdırınız, soğan, sarımsak ve defneyi atıp bir kere karıştırınız, domatesleri ve tuzu ilâve ederek suyunu tamamen çekinceye kadar 8-10 dakika pişiriniz.
- 4) Dibi düz bir güveci ateşe koyup kızdırıp balıkların kıvrık yerlerini aşağıya getirerek diziniz.
- 5) Sirkesini, domatesini de ilâve ederek ağzı sıkı kapalı olarak 10-12 dakika pişirip aynı kap ile servis yapınız.