



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GÜVEÇTE SEBZELİ BALIK

Ankara Büyükşehir Belediyesi
Belmek Yemek Kitabı

1 kg. palamut
3 adet domates
3 adet patates,
3 adet yeşil biber
2 adet patlıcan
3 adet defne yaprağı
1 tatlı kaşığı salça
Kızartmak için sıvı yağ
1 çay bardağı un
Tuz
Pul biber

Palamut; yuvarlak şekilde parmak kalınlığında kesilir. Patlıcan ve patatesler soyulur. Patlıcanlar yuvarlak, patatesler ise küp küp bir parmak kalınlığında doğranır. Sıvı yağda hafif kızartılır. Palamutlar una bulanıp kızgın yağda kızartılır. Sonra kağıt havlu üzerine alınıp fazla yağı çektilir. Domateslerin kabukları soyulup halka şeklinde doğranır. Biberler dörde kesilir. Küçük güveç kaplarına 5-6 adet sebze üzerine bir dilim balık ve kırılmış defne yaprağı konur. Dilimlenmiş domates ve biberlerle süslenir. Sıcak suda ezilmiş salçalı su, güveçlerin üzerine birer kepçe dökülür. 200 derece fırında alt rafta 25-30 dakika pişirilir ve sıcak servis yapılır.