



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMSI BUĞULAMA

<https://multicooker.com>

Hamsi 500 gr
Domates 250 gr
Tatlı biber 150 gr
Limon 120 gr
Soğan 100 gr

Balığın içini temizleyin, kafasını kesin, balığa tuz sürün. Sarımsağı bıçakla doğrayın. Soğan ile biberi doğrayın, limon ve domatesi halka olarak kesin. Çok fonksiyonlu pişiricinin içini zeytin yağı (10 ml) ile yağlayın ve malzemeleri tabaka tabaka olarak aşağıdaki sırayla düzenli koyun: soğan, hamsi, sarımsak ve baharat, biber, domates, limon. Sonra tuz ekleyin ve üzerine zeytin yağı (20 ml) serpin. Kapağı kapatın. Çok fonksiyonlu pişiricinin çalışma modunu HAMUR İŞİ pişirme süresini 40 dakika olarak ayarlayın ve Başlat tuşuna basın. Çalışma modu bitene kadar pişirin.

