



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMSI BUĞULAMASI

1 kilo hamsi balığı
1/2 bardak sirke
2 çorba kaşığı tuz
1 limon
1 baş soğan
1/2 çay bardağı zeytinyağı
1/2 defne yaprağı
Karabiber

Balıkları temizledikten sonra su ile ısıttığınız sirkeyi balıkların üstüne dökün ve soğuk bir yerde birkaç dakika bekletin. Diğer taraftan büyükçe bir tencereye zeytinyağını, limon suyunu, kıydığınız soğanı, karabiberi, defne yaprağını koyup, biraz su ilave ederek pişirin. Sonra sirkeli sudan balıkları çıkarın, hazırladığınız sosun bulunduğu tencereye dizip, üstlerine limon dilimlerini yerleştirin, 15-20 dakika kadar pişirin, soğutup servis yapın.