



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

İSTAVRİT BUĞULAMA

500 gr. istavrit
2 adet domates
4 adet sivri biber
4 orba kaşığı zeytinyağı
3 diş sarımsak
Kekik
Tuz
Karabiber

Balıkları temizleyip yıkayın. Domatesleri küp şeklinde doğrayın. Sivri biberleri ve sarımsakları ince ince kıyın. Tencereye balıkları dizin, üzerine domates, biber, sarımsak ve baharatları koyup zeytinyağını gezdirin. Tencerenin kapağını kapatın, hiç su koymadan kendi buharıyla kısık ateşte pişirin.

