



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAĞITTA DENİZ LEVREĞİ

www.miele.com.tr

6 küçük Deniz Levreği (her biri 150-200 gr.)

5 Beyaz ekmek dilimi

250 ml Süt

2 yemek kaşığı Maydanoz, kıyılmış

4 yemek kaşığı Sardalye yağı

Tuz

Karabiber

3 yemek kaşığı Zeytinyağı

Levrekleri yıkayın.

Dolgu için beyaz ekmek dilimlerini süte yatırın. Bir çatalla bastırın ve maydanoz ve sardalye yağı ile karıştırın. Balıkları tuzlayın ve karabiber ekin, karışımla doldurun, üstüne zeytinyağı gezdirin ve bir saat buzdolabında çekmesini bekleyin.

Kağıdı zeytinyağı ile yağlayın, deniz levreklerini üstüne yerleştirin ve kağıdı kapatın.

Küçük paketleri fırın tepsisine koyun ve fırına sürün.