



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAĞITTA MERCAN

4 kişilik
4 adet iri mercan
4 adet domates
3 diş sarımsak
Yarım demet maydanoz
Yarım limonun suyu
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz

Önce mercan balıklarının iç organlarını ve kılçıklarını çıkarın. Keskin bir bıçak yardımıyla pullarını temizleyin. Bol suyla yıkayın. Tuz ve yarım limon suyuyla ovun. Kabuklarını soyduğunuz domatesleri küp şeklinde doğrayın. Yarım demet maydanozu ince ince kıyın. Geniş bir kapta domatesleri, dövülmüş sarımsakları, 2 çorba kaşığı zeytinyağını ve ince kıyılmış maydanozu karıştırın. Dosya kağıdı büyüklüğündeki yağlı kağıtların içine, hazırladığınız domatesli karışımdan koyun. Üzerine 1 adet mercan balığı yerleştirin. Kağıdın kenarlarını sıkıca kapatın. Üzerine sıvı yağ sürün. Önceden ısıtılmış 200 dereceli fırında 15-20 dakika pişirip, servis yapın.