



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÂĞITTA YAYIN

- 1/2 yağlı kâğıt, 45x70 santim
- 2 adet orta boy domates
- 1 tatlı kaşığı tereyağı
- 1 adet defne yaprağı
- 4 adet yayın filetosu (150'şer gramlık)
- 1/2 tatlı kaşığı tuz
- 1/2 bardak balık suyu
- 1 tatlı kaşığı ince kıyılmış soğan
- 4 çorba kaşığı ince dilimlenmiş mantar
- 1 tatlı kaşığı tereyağı
- 1 bağ kıyılmış maydanoz

Kâğıdın yarısını boyuna, diğer yarısının üzerine kapatıp fazla küçültmeden kalp biçimi kesin ve içini tamamen yağlayıp muhafaza ediniz. Domateslerin kabuklarını soyup, çekirdeklerini çıkararak ince ince kıyınız. Küçük bir tencereyi ateşe koyup kızdırınız. Sonra tereyağını ve balıkları koyup soğanı serpiniz. Balıkları 1 dakika altüst ediniz. Sonra mantarı ve defne yaprağını, tuzunu ve domatesini ve balık suyunu ilâve edip ağzını kapatınız ve ağır ateşte 8 dakika pişirip balıkları başka bir kaba kırmadan çıkarınız. Balığın kalan suyu 1 bardak olmalıdır. Fazla ise, biraz kaynatıp çektiniz ve ateşten alınız. Tereyağını ve maydanozunu ilâve edip bir kere karıştırıp, kâğıda sarıp pişiriniz. Servis yapınız.