



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

## KAPARİLİ USKUMRU

- 1 orba kasigi tereyađı
- 4 buyk uskumru fileto (2 buyk uskumru baligından)
- 1 limonun suyu
- Tuz ve gtlms karabiber
- 4 defne yapragi
- 4 ince limon dilimi
- 2 orba kasigi kapari iegi
- 4 orba kasigi krema (75 ml.)

4 parça alüminyum folyoyu dikdörtgen seklinde kesin ve yağlayın. Yağlanmış folyolara uskumru filetolari yerlestin. Üzerlerine tuz ve karabiber serpin. Her filetonun üstüne 1 adet defne yapragi, 1 sap maydanoz ve 1 dilim limon yerlestin. Kapariyi 4 fileto arasında paylastirin, alüminyum folyonun kenarlarini kaldırarak filetolarin üstüne birer çorba kasigi krema dkn. Folyolari kapatın ve tas izgaranin üzerinde balıklar pisene kadar (15 dk.) pisirin. Folyolari krema dökülmeyecek sekilde açın ve baligi folyo ile birlikte tabaga yerlestirip servis yapın.