



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KEFAL FIRIN

Nevin Halıcı

- 1 adet kefal
- 3 soğan
- 3 domates
- 1 tatlı kaşığı kırmızıbiber
- 1 tatlı kaşığı tarçın
- 1 çay kaşığı dövülmüş karanfil
- 30 dal maydanoz
- 1/2 su bardağı zeytinyağı
- 2 limon suyu
- 4 damla sakızı
- 1 su bardağı su
- 1 tatlı kaşığı tuz

Balıkları ayıkla, halka doğra, yıka, süzdür, kenarlı tepsiye diz.

Bir kaptaki rendelenmiş soğan, domates suyu (veya rendelenmiş domates), tuz, biber, tarçın, karanfil kökü ile suda bir taşım kaynamış maydanozun suyunu ve zeytinyağını iyice karıştır, balıkların üzerine gezdir, fırına ver. Fırından alınca limon suyunu gezdir. Bir fiske tuzla dövülmüş sakızı serp.

Not: Torik, kılıç, palamut vb balıklar da aynı biçimde hazırlanır.