



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA KEFAL

- 2 kg'lık 1 kefal balığı
- 2 limonun suyu
- 30 gr (2 çorba kaşığı) + 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 diş sarımsak (dövülmüş)
- 2 orta boy limon (ince dilimlenmiş)
- 3 büyük domates (ince dilimlenmiş)
- 1 tatlı kaşığı kekik
- 1 su bardağı balık suyu

Temizlenmiş balığı, geniş ve derince bir kaba koyup, üstüne limon suyunu dökerek 15 dakika oda sıcaklığında bekletiniz.
Önce fırınınızı orta sıcaklığa (180 C) getirip ısıtınız. Bir fırın tepsisini 1 tatlı kaşığı tereyağla yağlayıp bir kenara bırakınız.
Balığı kaptan alıp kağıt peçete ile kurularak tuz, biber ve sarımsakla ovunuz. Kapta kalan limon suyunu atınız. Balığı, yağladığınız tepsiye koyunuz. Yarılmış olan karnına limon dilimlerini ve ince domates halkalarını yerleştiriniz. Balığın karnını 2 parça sicimle bağlayınız. Üstüne bir fiske kekik serpip, kalan tereyağın yarısını küçük parçalara bölerek kekiğin üstüne yerleştiriniz. Kalan domates, limon halkaları, tereyağı ve kekiği koyunuz. Üstüne balık suyunu döküp fırında 45 dakika, balık yumuşayana kadar pişiriniz. Tepsiyi fırından alıp, delikli bir kepe ile balığı servis tabağına çıkarınız. İpi çıkarıp atınız. Suyunu üstüne döküp, yemeğinizi servis ediniz.