



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KONGO USULÜ BALIK MWABA

Avrupa Birlięi Bakanlığı
Avrupa'yı Masanın Etrafında Buluřturmak

Yarım kilo doğranmış balık
Tuz
Yaę
2 büyük soęan
1 pili pili (Kongo'da kullanılan bir tür kırmızı biber)
6 domates

Baharatları ile balığı tuzlayın. Geniř bir tavada balıkları hafif soteleyin. Sonra doğranmış soğanları pembeleşene kadar kızartın. Pili pili biberini, soyulmuş ve ezilmiş domatesleri tavaya koyun ve üzerini aşacak şekilde su ekleyin. İyice pişene kadar kaynatın. Tercihen piriņ pilavı ile servis edin.

