



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BUĞUDA LEVREK

Malzemesi

1 adet büyük levrek
1 baş soğan
1 küçük havuç
1 adet defne yaprağı
4-5 dal maydanoz
1 çorba kaşığı silme tereyağı
Tuz
Karabiber

Balığın pullarını temizleyip karın kısmını biraz keserek içini çıkarın. Bol suda yıkadıktan sonra süzün; kuyruk ve yüzgeçlerini keserek tuzlayın.

Havucu kazıyıp yıkayın. Soğanı ayıklayın. Yıkadıktan sonra maydanoz dallarıyla birlikte jri iri doğrayarak balığın pişeceği kaba yaygın bir şekilde yerleştirin. Üzerlerine fındık büyüklüğünde tereyağı parçaları koyun. Kalan yağı da küçük parçalar halinde balığın üzerine dizin, üstüne bir parşömen kâğıdı örtün. Kapağını kapatıp fırında 20-25 dakika pişirin.

Sıcak servis tabağına alıp kalan sebze karışımını süzgeçte ezip süzerek elde edeceğiniz sosu balığın üzerine dökün ve servis yapın.