



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LEVREK DOLMA

Malzeme:

400 gram fileto levrek

1 adet patates

1 ay kaşığı Bizim Mutfak Lezzet Tuzu

2 dal dereotu

1 tatlı kaşığı Teremyaę

İ Malzeme için :

Yarım patates

Yarım kabak

Yarım havuç

1 orba kaşığı Teremyaę

2 orba kaşığı Bizim Mutfak Ayçiçeęi Yağı

1 orba kaşığı krema

2 tatlı kaşığı Bizim Mutfak Un

2 dal dereotu

Tuz, karabiber

Patatesi haşlayın. İ malzeme için verilen sebzeleri rendeleyin. Dereotunu doğrayın. Yapışmaz yüzeyli tavada Teremyaę'da sebzeleri tuz ve karabiberle tatlandırdıktan sonra kavurun. Ocaktan alın, ılınmaya bırakın. Levrek filetoyu döverek inceltin. Hazırladığınız iç malzemeyi filetonun içine yerleştirin. Rulo şeklinde sardıktan sonra una bulayın ve kızgın tavada sıvıyağda çevirerek kızartın. Haşlanmış patatesi halka şeklinde doğrayıp Lezzet Tuzu, Teremyaę ve kıyılmış dereotu ile soteleyin. Ayırdığınız sebzeleri tavaya alın ve kremayla karıştırın. Levrek dolmaları kremalı sebzeler, sote edilmiş patates eşliğinde servis yapın.