



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## LEVREK DOLMASI

2 adet levrek fileto  
1 su bardağı haşlanmış pirinç  
2 adet kırmızı dolmalık biber  
1 adet taze soğan  
Karabiber  
2 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz  
1 çorba kaşığı limon kabuğu rendesi  
Tuz

Levrek filetoları hafifçe yağlanmış fırın tepsisine yerleştirin. Haşlanmış pirinci geniş bir kaba aktarın. İnce doğranmış kırmızı ve sivribiberleri, taze soğanı, maydanozu, limon kabuğunu, tuz ve karabiberi ekleyin. Hazırladığınız harcı filetoların arasına yerleştirin. Balıkların üzerine küçük kesilmiş margarin koyun. 140 derece fırında 20 dakika pişirin.