



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LEVREK IZGARA

4 levrek fileto
4 defne yaprağı
Birkaç dal kıyılmış maydanoz
1 dilimlenmiş limon
250 gr yeşil fasulye
4 çay kaşığı frenk soğanı, ince kıyılmış
4 çay kaşığı taze soğan, ince kıyılmış

Otları doğrayıp, limonu dilimleyin. Yeşil fasulyeleri temizleyip bir kaç dakika haşlayın. Fazla yumuşamadan ocaktan alın.

Levrek filetoları dört ayrı parça pişirme kağıdına yerleştirin. Üzerlerine otları serpiştirin ve limon dilimlerini ekleyin. En son doğradığınız hafifçe haşlanmış fasulyeleri ilave ettikten sonra kağıtlara sarın. Her birini bir kurdanla sabitleyip yaklaşık 8 dakika kadar ızgara üstünde pişirin.

