



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LİMON VE ZENCEFİL AROMALI KILIÇ BALIĞI

<http://www.hurriyet.com.tr>

8 adet kılıç balığı filetosu
4 diş sarımsak
2 yemek kaşığı bal
2 adet limonun suyu
2 çay kaşığı zencefil
1 limon kabuğu rendesi
1 yemek kaşığı pul biber
1 demet maydanoz
1 dal biberiye

Balık dışındaki tüm malzemeleri blender'dan geçirin. Hazırladığınız karışımın yarısını filetoların üzerine dökün ve buzdolabında en az 45 dakika marine edin. Filetoların fazla sosunu alın. Balıkları ızgaraya yerleştirin ve arkalı önlü 8-9 dakika pişirin. Pişirme işlemi devam ederken mutfak fırçasıyla kalan karışımı balıkların üzerine sürün. Servis yapın.

