



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LÜFER BUĞULAMASI

- 2 tane orta boy lüfer balığı
- 3 tane olgun domates
- 1 tane limon
- yeterince tuz
- 1 ay bardağı sıvı yağ
- 2 tane yeşil sivri biber

- 1 Lüfer balıkları ayıklanıp yıkanır. Yağlanmış tepsiye dizilir.
- 2 Domateslerin kabukları soyulup küçük küçük doğranır. Daha sonra balığın üzerine serilir.
- 3 Biberler doğranarak yerleştirilir, limon dilimleri konur, tuz serpilip fırına sürölür.
- 4 15-20 dakika arasında balığınız pişer. Kontrolü yapılır ve sıcak olarak servis yapılır.