



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LÜFER IZGARA

3 Lüfer
Yeteri kadar tuz
1 Su bardağı zeytinyağı
Yarım demet maydanoz
2 Soğan
2 Limonun suyu

Balıkları temizleyip yıkadıktan sonra, iki tarafın da bıçağın ucuyla 3'er çizgi çizin. Sonra zeytinyağı, tuz, yuvarlak dilinmiş soğan içinde 2 saat bekletin. Arada bir çevirerek zeytinyağı, limonlu suyu iyice çekmesini sağlayın. Orta harlı ateşte, ızgarada kızartın. Servis tabağına alınca etrafını maydanozla süsleyin. Sıcak servis yapın.
