



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LÜFER PİLAKİ

2 adet lüfer
2 adet patates
1 adet havuç
2 adet soğan
1-2 diş sarımsak
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı limon suyu
2 adet kesme şeker
Tuz
Karabiber
Dereotu
Maydanoz

Lüferleri yıkayıp, ayıklayın. Keskin bir bıçakla filetolarını çıkarın. Patatesleri küp şeklinde doğrayın. Soğanları piyazlık kıyın. Havuçların kabuklarını kazıyıp, ince dilimler halinde kesin. Zeytinyağını bir tencerede kızdırın. Sebzeleri, küçük doğranmış sarımsakları, limon suyunu, tuzu ve karabiberi hızlı ateşte karıştırarak kavurun. 2 adet kesme şeker ve 2 su bardağı suyu ekleyin. Kuşbaşı kestiğiniz filetoları ilave edin. Bir kere karıştırdıktan sonra kısık ateşte suyunu çekene dek pişirin. Suyu çekmesinden 1-2 dakika önce kıyılmış dereotu ve maydanozu serpin, servis yapın.

Not: Lüfer pilaki sıcak ve soğuk servis yapılabilir. Eğer soğuk servis yapılacaksa 1 gün bekletilmesi gerekir.

