



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MARİNE USKUMRU

Yarım kilo ayıklanmış uskumru
4-5 yemek kaşığı zeytinyağı
4 diş ezilmiş sarımsak
1 çay kaşığı tatlı toz kırmızı biber
1 çay kaşığı kırmızı pul biber
1-2 yemek kaşığı limon suyu
Yeteri kadar tuz ve karabiber

Küçük boy metal bir tavada orta ateşte yağı kızdırın ve içine sarımsak, pul biber ve toz biberi ekleyip 1 dakika kavurun. Isıyı artırıp uskumru dilimlerini ve limon suyunu ekleyin. Balıklar pişip, sos her yanına bulaşana kadar 3 dakika çevirerek pişirin. Tuzu ve karabiberi ekleyin. Tavayı ocaktan alın ve maydanozu serpip hafifçe karıştırın. O halde servis yapın.