



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PALAMUT BUĞULAMA

<https://migros.com.tr>

2 adet palamut balığı  
2 adet soğan  
3 iri domates  
2-3 adet defne yaprağı  
2 adet limon  
Karabiber  
Tuz  
3-4 çorba kşaiğı zeytinyağı

1. Temizlenmiş palamudu parmak kalınlığında dilimleyin.
2. Soğanları soyup balık dilimleri ile yaklaşık aynı kalınlıkta yuvarlak dilimler halinde kesin.
3. Domatesleri de aynı şekilde yuvarlak dilimleyin.
4. Limonu yıkayıp kurulayın ve yuvarlak dilimleyin.
5. Bir fırın kabının içine limon dilimlerini yerleştirin.
6. Palamut, soğan ve domates dilimlerini değışimli olarak fırın kabının içine sırt sırta dizin.
7. Karabiber tanelerini serpiştirin.
8. Tuz serpip zeytinyağını gezdirin.
9. Defne yapraklarını bir kenarına yerleştirip kabın üzerini alüminyum folyo ya da yağlı kağıt ile kapatıp önceden ısıtılmış 200 derece fırında pişmeye bırakın.
10. 20 dakika sonra kabı çıkarın ve üzerindeki kağıdı alıp tekrar fırına verin.
11. 5-10 dakika kadar fırınlayıp çıkarın. Sıcak olarak servis yapın.

