



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PALAMUT BUĞULAMA

Malzeme:

- 2 adet palamut
- 4 adet küçük boy domates
- 4 adet kırmızı biber
- 1 adet büyük boy soğan
- Yarım demet maydanoz
- 2 adet limon
- 1 çay kaşığı kırmızı köri püresi
- 4 çay kaşığı su
- 1 tatlı kaşığı zencefil
- 10 adet kereviz yaprağı
- 1 tatlı kaşığı elma sirkesi
- Tuz, karabiber
- 1 çay kaşığı toz şeker
- 2 çorba kaşığı Altın Hasat Riviera Zeytinyağı

Zeytinyağında köriyi kavurun. Zar şeklinde doğranmış soğanı ekleyip 5 dakika daha kavurun. Ocaktan alın. Domatesleri soyup zar şeklinde doğrayın. Kırmızı biberleri közleyip zar şeklinde doğrayın. Maydanozu kıyın. Kereviz yapraklarını küçük küçük doğrayın. Geniş bir tavada palamut hariç tüm malzemeyi domatesler diri kalacak şekilde pişirin. Pişen karışımı robotta püre haline gelene dek ezin. Palamutların filetosunu çıkartın. Her yaprak palamutu ortasından uzunlamasına ikiye bölün. İçine hazırlamış olduğunuz sostan bir miktar sürüp rulo şeklinde sarın. Isıya dayanıklı küçük bir kabın içine hazırlamış olduğunuz sosu dökün. Rulo şeklindeki palamutları sosun üzerine yerleştirin. Kabın üzerini folyo ile sıkıca kapatın. Önceden ısıtılmış 220 derece fırında yaklaşık 12 dakika pişirin. Buğulamayı fırından alıp üzerine zeytinyağı gezdirdikten sonra servis tabağına aktarın. Sos ile sıcak servis yapın.