



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PALAMUT ÇORBASI

- 1 kg palamut
- 2 çay bardağı su
- 2 çay kaşığı kuru nane
- 1 adet defne yaprağı
- 6 diş sarımsak
- 6 dal taze soğan
- 2 adet patates
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- Tuz
- 6 adet tane karabiber
- 2 çay kaşığı kekik
- 2 adet havuç

Balıkların kılçıklarını ve içini temizleyip, fileto olarak 6 parçaya ayırın.

Yıkayıp, süzgece alın. Sularının süzülmesi için bekletin.

Toprak güvece, su, yağ, tuz, nane, kekik, karabiber ve ince doğranmış sarımsak, piyazlık doğranmış soğan, ince kıyılmış taze soğan ve defne yaprağını aktarıp 6 dakika kaynatın.

Patatesleri ve havuçları soyup, doğrayın.

Kaynayan suya patatesleri ve havuçları atın ve iyice yumuşayana kadar kaynatın.

Tel süzgeçten aldığınız balıkları ilave edip 12 dakika orta ateşte pişirin.

Ocağın altını kapatıp ince kıyılmış maydanoz serperek servis edin.

