



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA PALAMUT

- 2 adet palamut
- 4 adet büyük domates
- 1 bas soğan
- 3 çorba kasığı zeytinyağı
- 1 limon

Baliklar temizlenir. Iyice yıkandıktan sonra balıktan ikiser fileto çıkarılır. Zeytinyağıyla yağlanmış tepsiye balık filetolari içleri yukarı gelecek biçimde yerleştirilir. Tuz ve karabiber serpildikten sonra rendelenmiş ve sıkılarak suyu alınmış soğan üstüne yayılır. Dilimlenmiş domatesleri de balıkların üstüne ve çevresine yaydıktan sonra, çeşitli biçimlerde kesilmiş limon dilimleriyle süslenir. Kalan zeytinyağı da gezdirilerek dökülür ve tepsi orta ısıli fırına sürülür. Balıklar pişince fırından çıkarılır ve servis yapılır.

[ML® Sarma Palamut için tıklayın](#)

