



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PALAMUT PİLAKİSİ

1 orta boy palamut
3 küçük baş soğan
3 adet domates
5 adet yeşil sivribiber
1/2 bağ maydanoz
1-2 fincan zeytinyağı
1/2 tatlı kaşığı tuz
1/2 limon suyu

Dilimlenmiş balığı suyunu süzdürdükten sonra tuzlayarak bir kaba koyun. yarım halka şeklinde ince ince kesilen soğanı zeytinyağında, hafif pembeleşinceye kadar kavurun. kabukları ve çekirdekleri çıkarılmış kuşbaşı doğranmış domatesleri, küçük doğranmış sivri biberleri soğanların üzerine ekleyin, hepsini karıştırarak pişirin. Hazırlanan harcın 2/3'ünü bir tepsiye kıyılmış maydanozla birlikte yayın. Palamut dilimlerini bu harcın üzerine dizin. En üste de harcın geri kalanını maydanozla birlikte koyun. Tepsideki balığı 30 dakika süreyle ya ocakta üstüne kapak kapatarak veya orta ısıdaki fırında üstü açık olarak pişirin. Pilakiyi ılık veya soğuk olarak, arzuya göre limon suyuyla tadlandırarak yiyebilirsiniz.