



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PALAMUT PİLAKİ

Malzemesi

1 kg'lık palamut

3-4 soğan

2 patates

4 domates

5-6 diş sarımsak

6-7 dal maydanoz

1 limon

3 çorba kaşığı sıvıyağ

Tuz

Karabiber

Balıkları ayıklayıp yıkayın ve süzün. Dilimleyip tuzlayın. Soğan, patates, domates ve limonu halka halka dilimleyin. Maydanozları ayıklayıp yıkayın. Sarımsakları soyup iri iri doğrayın.

Fırın kalıbını hafifçe yağlayın. Balık ve limon dilimlerini değişimli olarak dizin. Domates, soğan ve patates dilimlerini hafif üstüste gelecek şekilde balığın çevresine dizip sarımsakları ilave edin.

Üzerine sıvıyağı gezdirerek döküp tuz ve karabiber serpin. Önceden ısıtılmış 190 dereceye ayarlı fırında 20 dakika pişirin. Maydanoz yaprakları ile süsleyip sıcak olarak servis yapın.
