



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

PEYNİRLİ TONBALIKLI DOMATES DOLMASI

2 kişilik Gerekli malzeme:

4 adet domates

150 gr yağsız beyaz peynir

1 50 gr konserve ton balığı

1 adet hamsi filetosu

Yarım demet dereotu

Tuz

Domatesleri yıkayın. Ortadan ikiye kesip çekirdekleri kısımlarını kaşık yardımıyla oyarak çıkarın. Biraz tuz serpip suyunun süzülmesi için ters kapatarak beklemeye bırakın.

Süzülmüş tonbalığı ve kıyılmış hamsi filetosunu karıştırın. Yağsız beyaz peyniri ezip balıklı karışıma ekleyin.

Süzülmüş domateslerin içini bu karışım ile doldurun. Üzerine kıyılmış dereotu serpererek servis yapın.