



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

POŞE SOMON

- 2 parça somon filetosu
- 2 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı toz kıyış
- 2 dal defne yaprağı
- 2 dal maydanoz
- Yarım çay kaşığı hardal tohumu
- 1 çay kaşığı tuz

Somon filetolarınızı enlemesine 5'er santimetre kalınlığında kesin. Kuyruktan fileto çıkarılmasını da isteyebilirsiniz.

Streç filminden iki parça kesin. Filetoları parçaların uç kısımlarına yerleştirin ve üzerlerine baharat serpin. Baharatların tüm noktalara eşit şekilde dağılmasına özen gösterin. Sarımsaklarınızı ince ince kıyın ve somonlarınızın üzerine dizin. Daha sonra streç filmle bu filetoları sıkı sıkı sarın. Uç kısımlarında kalan streç film fazlalarını da sıkıca düğümleyin atın. Şeker paketi gibi bir görüntü elde edeceksiniz.

Bir tencereyi suyla doldurun ve kaynatın. Kaynadıktan sonra filetolarınızı bu kaynamış suyun içine streçli halleriyle atın ve altını kısıp yeniden kaynamasını bekleyin. Bu şekilde hafifçe 10 dakika kadar daha kaynattıktan sonra sudan çıkarın ve streç filmleri çözün. Eğer içine su girmişse bir kağıt havlu yardımıyla kurulayın. Yanında buharda pişmiş sebzelerle servis edebilirsiniz.

