



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAKIZLI LEVREK BUĞULAMASI

5 adet levrek fileto (derisi alınmış)
10 gr havuç
10 gr patates
10 gr arpacık soğan
10 gr kiraz domates
200 gr krema
10 gr çam sakızı
2 gr tuz
2 gr karabiber
10 gr margarin

Tüm sebzeler ufak parçalar halinde kesilir ve haşlanır.

Derin bir tavaya sırayla margarin, taze krema, balıklar, sebzeler ve çam sakızı konur ve pişmesine az bir zaman kaldığında da kiraz domateslerle birlikte tuz, karabiber eklenir.

Beş dakika süreyle pişirildikten sonra toprak güveçlere konarak servis edilir.