



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARIMSAK VE DOMATESLİ MERCAN

6 kişilik Gerekli malzeme:

1,5-2 kg'lık mercan veya beyaz etli bir balık

1 baş sarımsak

2 çorba kaşığı sirke

Yaklaşık 1 su bardağı su

1 adet acı sivri biber

1 adet tatlı sivri biber

600 gr kiraz domates

6 çorba kaşığı zeytinyağı

2 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz

2 dilim kızarmış ekmek,

Tuz

Balıkları temizleyin. Karın kısmını yarıp, iç ve dış kısımlarını yıkayıp kurulayın.

Kızarmış ekmeklerin kabuğunu bıçakla keserek alın ve dilimleri küçük küpler halinde doğrayın.

Sarımsağın dişlerini tek tek ayıklayın. 2 tanesini ayırarak kalanları kabuklu olarak bir kaseye koyun. Üzerine 1 çorba kaşığı zeytinyağı gezdirip tuz, kıyılmış tatlı biber, küp doğranmış kabuksuz ekmek ve maydanozun yarısını ilave edip harmanlayın.

Balıkların iç kısmını hazırladığınız ekmekli karışım ve sarımsakla doldurun. Ayırdığınız sarımsakların kabuklarını soyup dilimleyin.

Balıkları geniş bir tencereye dizin. Üzerine 4-5 çorba kaşığı zeytinyağı gezdirin. Tuz ekip, sirke ve suyu ilave edin.

Domateslerin kabuklarını soyun. Ortadan ikiye kesin ya da ince ince dilimleyin. Kalan maydanoz ve kıyılmış acı biberi ekleyin. Sarımsak dilimleri ve domatesli karışımı balığın üzerine ilave edin. Tencereyi ateşe koyun. Kısık ateşte bir süre kapağı kapalı, bir süre açık olarak yaklaşık 20-30 dakika pişirin. Pişme süresi balığın büyüklüğüne göre değişebilir. Çatalın ucunu balığın etli kısmına batırarak pişip pişmediğini kontrol edin. Ateşten alıp kıyılmış maydanozla süsledikten sonra sıcak olarak servis yapın.