



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARIMSAKLI FENER BALIĞI

30 diş taze sarımsak
300 gr. arpacık soğanı
6 sap taze kekik
300 ml. zeytinyağı
75 gr. kurutulmuş domates
1,2 kg. fenerbalığı filetosu
1/2 demet fesleğen
Tuz
Karabiber

Sarmısağı soyun. Soğanları soyup ikiye bölün. Sarımsak, soğan ve 2 dal kekiği bir tencereye alın, zeytinyağını katıp kısık ateşte 10 dakika pişirin.

Domatesleri ılık suda yumuşatın.

Domatesleri süzüp ikiye bölüp sosa ilave edin. 5 dakika daha kaynatın. Sosun bir kenarda sıcak kalmasını sağlayın.

Balıkları yıkayıp süzdürün. Balığın etlerini çizin. Kalan kekikotlarını çiziklerin içine doldurun. Tuz ve biberleyip fırın tepsisine dizin.

Önceden 210 °C ısıtılmış fırında 25 dakika pişirin. Üzerine ara sıra sostan gezdirin.

Fesleğeni yıkayıp kıyın. Balıkları bir servis tabağına alın. Fesleğeni üstüne serpip servis yapın.