



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARIMSAKLI GRANYÖZ

Su Ürünleri Tanıtım Grubu İZMİR

<https://www.turkishseafood.org.tr>

1-1,5 kg granyöz balığı
4 diş sarımsak
2 adet defne yaprağı
8 adet tane karabiber
3 adet orta boy domates
2 adet orta boy kuru soğan
1 su bardağı zeytinyağı
1 adet limonun suyu
1/2 demet maydanoz
Yeterince tuz

Fırın tepsisinin tabanına, kabuklarını soyduğunuz ve yuvarlak halkalar şeklinde doğradığınız domates ve soğanları yerleştirin. Temizlediğiniz balığın içine defne yapraklarını ve tane karabiberleri koyun. Öz suyunu tepsinin içine bırakacağı için çekinmeden her iki tarafına birkaç çizik atın. Çizik attığınız oluklara sarımsakları yerleştirin. Limon suyunu ve zeytinyağını balıkların üzerine gezdirerek dökün. Yeterince tuz ilavesi yaptıktan sonra tepsinin üzerini yağlı kâğıtla kapatın. Önceden 200 dereceye ayarlanmış fırında 35 dakika pişirin. İnce kıyılmış maydanozları balığın üzerine serpiştirerek servis yapın.