



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SEBZELİ FIRIN SOMON

½ kilo somon  
1 adet soğan  
1 adet havuç  
1 adet patates  
2 adet kereviz sapı  
Zeytinyağı  
Tuz  
Karabiber

Soğanı yemeklik doğrayın. Havucu küp küp doğrayın. Patatesi küp küp doğrayın. Kereviz saplarını küp küp doğrayın. Tavayı ocağa alıp ısıtın. Isınınca 4 yemek kaşığı zeytinyağı, doğradığınız soğan, havuç, patates ve kereviz saplarını ilave edip 2-3 dakika soteleyin.

Tuz ve karabiber ile tatlandırıp altını kapatın. Somonları çukur bir kaba alıp üzerlerine tuz, karabiber ve 1 yemek kaşığı kadar zeytinyağı ilave edin. Elinizle karıştırarak balıkların yağa bulanmasını sağlayın. Sotelediğiniz sebzeleri bir fırın kabına alıp üzerlerine somonları yerleştirin. Önceden 200 dereceye ısıtılmış fırında 30 dakika pişirin.



Fotoğraf "dolu" tarafından gönderildi. 13.03.2025