



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## SOMON HAŞLAMA

Yarım kg fleto somon  
1 adet kuru soğsın  
4-5 dal dereotu  
2 adet defne yaprağı  
3 çorba kaşığı zeytinyağı  
1 su bardağı su  
Yarım tatlı kaşığı tuz

Soğan halka şeklinde doğranır. Bir tavaya akatılır. Üzerine somon yerleştirilir. Defne yaprakları ve dereotu dalları atılır. Su ve zeytinyağı eklenir. Orta ateşe yerleştirilir. Kaynamaya başlayınca balıklar asla çevrilmez. Kaynayan su kaşık kaşık konarak devir daim edilir. Bu şekilde 20 dakika kadar pişirilir.

---