



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOM HAŞLAMASI

Balığı doğrayıp kenarlı bir tepsiye diziniz. Ceviz büyüklüğünde doğranmış patateslerle, kazınmış ve dörde bölünüp doğranmış havuçları, 8 - 10 küçük soğanı balıkların arasına koyunuz. Tuz, baharat ve etlerin 3/4 ü kadar su koyup ısısı orta derecede bir fırına veriniz. Arasıra suyunu üzerine gezdiriniz. İyice pişince tabağa boşaltınız.

Not: Som haşlaması sıcak da yenir, soğuk da. Pişerken suyu azalırsa sıcak su koyunuz.