



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA SOMON

4 dilim ya da fileto somon
Yarım ay bardağı zeytinyağı
1 limonun suyu
Tuz, karabiber, pul biber
1 diř sarımsak

Somonları yıkayın ve süzün. Baharatlar, zeytinyağı, limon suyu ve sarımsak ile birlikte balıkları 1 saat boyunca buzdolabında marine olmasını sağlayın. Izgarada ya da tost makinenizde somon balığı çok kolay pişer. Balığın yağlı ve sulu kalması için iki tarafını 4'er dakika pişirmek yeterli olacaktır. Tek yüzünü pişirdikten sonra diğer yüzünü çevirin ve 8 dakikada ızgara somon balığınız hazır. Balığınızı turp dilimleri ve roka ile hazırladığınız bir salata ile servis yapabilirsiniz.
