



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SOYA SOSLU BALIK

- 8 adet balık fileto (beyaz etli)
- 1 orba kaşığı zeytinyağı
- 2 orba kaşığı soya sos
- 1 diř sarımsak
- 2 adet taze sođan

Balıkları iki kat yapılmış alüminyum folyolar arasına yerleştiriyoruz. Yađ, soya sosu ve dövölmüş sarımsağı karıştırıp balıkların üzerine gezdiriyoruz. Üzerine verev doğradığımız soğanları yerleştiriyoruz. Folyoyu hava almayacak şekilde kapatıp önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20-25 dk pişiriyoruz.