



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SUDA PIŞMIŞ SEBZELİ SOMON BALIĞI

<https://migros.com.tr>

300 gr. dilimlenmiş somon
1 adet sarı biber
1 adet kırmızı biber
1 adet havuç
1 adet kabak
4-5 adet kiraz domates
İnce kıyılmış taze kekik
İnce kıyılmış taze biberiye
1/2 rendelenmiş limon kabuğu
2 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz

1. 1 lt suyu kaynatın ve kaynar suya dayanıklı bir poşete somon balığını koyup 20 dk pişirin.
2. Biber, kabak ve havucu uzun, ince şeritler halinde doğrayın.
3. Bir tavaya zeytinyağı ekleyerek sebzeler ve kiraz domatesleri soteleyin.
4. Kekik, biberiye, limon ve tuz ekleyip 2 dk daha soteleyin ve bir kenara alın.
5. Somon balığını sudan çıkartın.
6. Servis tabağına ilk önce sebze soteyi daha sonra somon balığını ekleyerek servis edin.

