



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLÜ SEBZELİ LEVREK

- 1 adet iri levrek
- 1 su bardağı süt
- 1 adet havuç
- 2 adet patates
- 2 adet kuru soğan
- 1 adet dolma biberi
- 1 diş sarımsak
- 2 adet domates
- 1 orba kaşığı un
- 1 yaprak defne
- 4-7 adet tane karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 5 orba kaşığı sıvıyağ

Soğan, biber, havuç ve sarımsak doğranır. Yağda 5-6 dakika çevrilir. Üzerine 1 su bardağı kadar su, defne yaprağı, karabiber, tuz ve 1 çay bardağı suyla karıştırılmış un eklenir. Bir taşım kaynayınca sıcak süt ve levrek atılır. Tencerenin kapağı kapatılır. Yarım saat kadar pişirilir. Servis yapılacağı zaman tabağı çıkarılır. Üzerine biraz suyu gezdirilir, kenarlarına havuç ve patates konur.