



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEPSİDE KARA BALIK (HATAY)

Hatay Valiliği

Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

MALZEMELER (4 Kişilik)

1,5 kg. kara balık

2 adet iri soğan

1 kg. patates

1 baş sarımsak

1 yemek kaşığı nar ekşisi

1 yemek kaşığı toz biber

1 çay kaşığı karabiber

1 çay kaşığı kimyon

1 çay kaşığı tuz

1 çay kaşığı nane

1 su bardağı zeytinyağı

YAPILIŞI

Balıklar 10 cm. boyunda kesilir. Üstleri 1 cm. aralıkla enine kesilerek iki tarafında yarıklar oluşturulur. Böylece baharatın içine geçmesi sağlanır. Ayrı bir tepside soğan, sarımsak, patates, nane, biber, salça, nar ekşisi, tuz, karabiber ve kimyon iyice yoğurularak harman yapılır. Balıklar bu karışımla ovularak tepsiye dizilir. Üzerine zeytinyağı gezdirilerek 120 oC 'lık fırında 30 dk. pişirilir.