



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TEREYAĞLI BARBUN BUĞULAMA

1/2 kg orta boy kınalı barbun
3 orta boy domates
1 orta boy soğan
2-3 defne yaprağı
Maydanoz
1 yemek kaşığı tereyağı
Tuz
Nane
Karabiber

Domatesleri rendeliyoruz. Soğanı ufak ufak parçalıyoruz. Tereyağını tavada eritip, önce soğanı kısa bir müddet sonrada domatesleri ilave ediyoruz. Domates suyunu biraz çekince tavayı ateşten alıp barbunlarımızı daire biçiminde sosun üzerine diziyoruz. Baharatları, tuzu ekleyip orta ateşte 10-15 dk kadar pişiriyoruz. (Pişirme sırasında sosu balıkların üzerinde gezdirin ve üzerine çok minik tereyağ parçaları koyun) Eğer gerekirse bir miktar su katabiliriz. Piştikten sonra üzerinde bir miktar ince kıyılmış maydanoz gezdirerek, servis yapıyoruz.