



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TON BALIK DOLGULU DOMATES

SuperFresh Bütün Dilim Ton Balık 2x160 160 gr

Domates 6 adet

Kapari 40 gr

Zeytinyağı 30 ml

Limon suyu 15 ml

Fesleğen 20 gr

Ton balıklarını süzdürün.

Domatesleri üst tarafından dolma yapar gibi kesin. İçlerini boşaltın.

Bir kap içerisinde küçük doğradığınız kapari ve siyah zeytinleri ton balığı ile karıştırın.

İçerisine zeytin yağı, limon suyu ekleyin. Küçük küçük doğradığınız fesleğenleri de ilave edin.

Tuz ve karabiber ile tatlandırın.

Domateslerin içerisine bu karışımı yerleştirin ve servis edin.

İsteğinize göre 180 dereceye önceden çıkartılmış fırında 25 dakika pişirerek tüketebilirsiniz.

