



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TONBALIKLI SOS

- 1 kutu tonbalığı
- 6 orba kaşığı zeytinyağı
- 3-4 diş sarımsak (ince doğranmış)
- 1 küçük soğan (ince doğranmış)
- 4 iri olgun domates ya da üç çorba kaşığı salça

Sarımsak ve soğanı zeytinyağında çok hafif sararıncaya kadar pişirin. Rendelenmiş domatesi ya da (bir kahve fincanı suda ezilmiş) domates salçasını ekleyerek 5-6 dakika pişirin. Sonra tonbalığını bu sosa katın. Haşladığınız makarnanın üstüne dökerek karıştırın.

---