



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YER FISTIKLI ÇITIR MEZGİT FİLETO

Pınar Mezgit Fileto
2 Yumurta
50 G Ekmek Kırıntısı
Maydanoz
1 Diş Sarımsak
20 Ml Zeytinyağı
50 G Dövmüş Yer Fıstığı
Tuz
Karabiber
Yanı İçin;
Patates

Maydanoz ve sarımsağı doğrayabildiğiniz en küçük şekilde doğrayın.
Çukur bir kaseye aktarın.
Üzerine zeytinyağı, Yer fıstığı, ekmek kırıntısı ve baharatı ekleyin.
Homojen olacak şekilde karıştırın.
Yumurtaları çırpın.
Mezgitleri çırpılmış yumurtaya bulayıp üzerini kaplayın.
Fırın tepsisine yerleştirin.
Patatesleri halka kalkan kesin.
Zeytinyağı ve baharat ile harmanlayın.
Fırın tepsisine yerleştirin.
180 derece fırında 20 dakika pişirin.

