



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZENCEFİLLİ ALABALIK BUĞULAMA

Malzeme

- 1 adet alabalık
- 1 adet domates
- 1 adet soğan
- 2 adet kabak
- 2 adet haşlanmış havuç
- 80 gr. mantar
- 1 çay kaşığı zencefil tozu
- Bir tutam maydanoz
- 1 yemek kaşığı Bizim Margarin
- 1 tatlı kaşığı Bizim Mutfak Sarımsaklı Çeşni
- 1 adet limon

Hazırlanışı

Alabalık fileto edilir.

Domates soyularak jülyen şeklinde doğranır. Havuç, mantar, soğan ve kabak da aynı şekilde doğranır. Güveçlerin içerisine malzemeler ve ortadan ikiye kesilmiş alabalık filetoları konulur. Üzerine zencefil tozu, dilimlenmiş limon, sarımsaklı çeşni, maydanoz ilave edilir. Güvecin ağzı kapatılarak 15 dakika daha önceden ısıtılmış 150 C'lik fırında pişirilir.
