Avvolgimento di Bonito

Sarma Palamut

2 boniti
4 cucchiai oli vegetale
1 cipolla secca
1 limone
2 cucchiaini sale
1 cucchiaino pepenero

I boniti si puliscono, si lavano, e si filtrano dall'acqua.
E si taglia in due lunghezza.
Si tagliano fogli alluminio secondo delle grandezze delle pesci.
Si oliano i fogli allumunio, Sopra si mette mezzo bonito, sopra del bonito si mette un quarto della cipolla tagliata.
Sopra dopo aversi meso pepenero e sale si mettono i fetti del limone tagliate rotondomente.
L'ultimamnte si mette olio vegetale di un cucchiaio e si fa pacchetto con rotolamento con foglio di alluminio.
Dopo aversi messo i boniti in una piatta che ha la resistenza al caldo del forno 190 gradi e si cucina più o meno per mezz'ora.
Si mette nel piatto da servire senza rompere la figura con aperto il foglio allumunio.

Nota: Cosi si possono cucinarsi gli altri pesci anche.