



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتاي لذیذ المتواضع من وصفات الأكل

بخار السمك بدون ماء Susuz Balık Buğulaması



١ كيلو غرام
١ فنجان زيت
٣ - ٤ أعداد
١ عدد من
٨ - ١٠ فرع
١ عدد طما
١ عدد بصل
١ ملعقة حل
١ قرصة فل

- # ينظف الأسماك ويغسل ويصفى مائها
- # يركب يوضع الأسماك بينها مقطوع بشكل خاتم شرائح الطماطم والبصل مع ورق الغار في قدر موسعة
- # ويصب عليها الزيت مياه الليمون ينثر الملح والفلفل أسود ويعطى غطاء القدر
- # ويطبخ في الحرارة المتوسطة المحجر حوالي ٣٠ - ٢٥ دقائق
- # بعد إغلاق المحجر ١٠ دقائق يفتح غطاء القدر وينثر البقدونس المقطعة الرقيقة
- # ويعطى غطاء القدر مرة أخرى
- # وتقدم للخدمة دافئ

ملاحظة: يمكن طبخ السمك بدون ماء في الفرن أيضاً