



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifi

Sobada Palamud

Fırında Palamut



2 Ədəd palamud
3 Ədəd pəmidor
5 Ədəd göy sivri bibər
1,5 Qəhvə fincanı duru yağ
1 Ədəd baş soğan
1,5 Çay qaşığı duz
7-8 Dal cəfəri
1 Çay qaşığı qarabibər

- # Palamud təmizlənilir, 1 barmaq enində dilimlənilir.
- # Bir ocaq məcməyinin dibinə xalqa xalqa doğranmış soğanlar səpilir.
- # Üzərinə palamud dilimləri düzülür.
- # Palamudların üzərinə də xalqa xalqa doğranmış pəmidor və bibər səpilir.
- # Ən son məcməyi yağ gəzdilir, qarabibər səpilir.
- # 200 dərəcə ocaqda qızarana qədər bişirilir.

Not: Bu şəkildə bişən balığa, şübhəsiz su qoyulmaz. Su qoyulursa buğlama kimi bişirilmiş olur.