



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

Dolma Palamut

Sarma Palamut



2 Ədəd palamut
4 Yemək qaşığı duru yağ
1 Ədəd quru soğan
1 Ədəd limon
2 Şəkər qaşığı duz
1 Çay qaşığı qara bibər

- # Palamutlar təmizlənilir, yuyulur, suyu süzülür, Uzunlamasına ikiye kəsilir.
- # Yarım balıqların yekəliyinə görə Alüminium folio kəsilir.
- # Alüminium folio xəfif yağlanar, üzərinə yarım palamut qoyulur, palamudun üzərinə xalka şəklində doğranmış 1/4 soğan qoyulur.
- # Üzərinə qara bibər, duz səpilir, xalka şəklində doğranmış limon dilimi qoyulur.
- # Ən axırda bir yemək qaşığı yağ gəzdirilir. Və Alüminium folyaya sarıaraq paket yapılır.
- # Fırının istisinə dözümlü bir qaba sarma palamutlar qoyulur, 190 dərəcə fırında təxminən yarım saat bişirilir.
- # Servis tabağına şəkli bozulmadan, paketi açılaraq qoyulur.

Not: Bu şəkil bişirmə stili digər cins balıqlar da hazırlana bilər.