



Poisson cuit à la vapeur sans liquide

Susuz Balık Buğulaması



- 1 Kg. de poisson de l'espèce désiré
- 1 tasse d'huile végétale
- 3-4 feuilles de laurier
- 1 morceau de jus de citron
- 8-10 branche de persil frais
- 1 gros morceaux de tomates
- 1 cuillère à café de sel
- 1 pincée de poivre noir

- # Nettoyez les poissons, rincez puis filtrez.
- # Mettez dans une grande casserole, les poissons en compagnie des feuilles de laurier et des tranches de tomates.
- # Versez de l'huile et du jus de citron. Saupoudrez du sel et du poivre noir puis fermez le couvercle de la casserole.
- # Laissez cuire pendant 25-30 minutes à moyenne température.
- # Éteignez le four puis ouvrez le couvercle 10 minutes après, rajoutez du persil finement hachés.
- # Refermez le couvercle.
- # Servez tiède.

N-B: Vous pouvez cuire les poissons au four.