



## Vapore di Sgombro

Istavrit Buğulaması



4 Istavrit  
1 cipolla  
1 limone  
2 pomodori  
4 cucchiali olio d'oliva  
1 cucchiaino di sale

- # I pesci si puliscono si lavano e si filtrano.
- # Ciotola di forno si olià con 2 cucchiali di olio. Alla sopra si pizzica metà di cipolla tagliata.
- # Sopra di cipolla si mettono i pesci. Poi si filano l'altra metà di cipolla pomodori e imone.
- # Alla sopra si pizzica sale e si mette l'altro 2 cucchiali olio d'oliva.
- # Lo stampo di forno si coperta bene con foglio alluminio.
- # Si inserisce nel forno riscaldato a 200 gradi e si cucina circa per 35 – 40 minuti.

**Nota:** In questa modo di cucinare si possono preparare tutti i tipi di pesce vapore.