



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Ricette di cucina

Avvolgimento di Bonito

Sarma Palamut



2 boniti
4 cucchiaini oli vegetale
1 cipolla secca
1 limone
2 cucchiaini sale
1 cucchiaino pepenero

- # I boniti si puliscono, si lavano, e si filtrano dall'acqua.
- # E si taglia in due lunghezze.
- # Si tagliano fogli alluminio secondo delle grandezze delle pesci.
- # Si oliano i fogli alluminio, Sopra si mette mezzo bonito, sopra del bonito si mette un quarto della cipolla tagliata.
- # Sopra dopo aversi messo pepenero e sale si mettono i fetti del limone tagliate rotondamente.
- # L'ultimamente si mette olio vegetale di un cucchiaino e si fa pacchetto con rotolamento con foglio di alluminio.
- # Dopo aversi messo i boniti in una piattina che ha la resistenza al caldo del forno 190 gradi e si cucina più o meno per mezz'ora.
- # Si mette nel piatto da servire senza rompere la figura con aperto il foglio alluminio.

Nota: Così si possono cucinarsi gli altri pesci anche.