



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

SARMA PALAMUT



2 Adet palamut
4 orba kaşığı sıvıyağ
1 det kuru sođan
1 Adet limon
2 Tatlı kaşığı tuz
1 ay kaşığı karabiber

- # Palamutlar temizlenir, yıkanır, suyu süzülür.
- # Uzunlamasına ikiye kesilir.
- # Yarım balıkların büyüklüğüne göre Alüminyum folyo kesilir.
- # Alüminyum folyo hafif yağlanır, üzerine yarım palamut konur, palamudun üzerine halka şeklinde doğranmış çeyrek soğan konur.
- # zerine karabiber, tuz serpilip, halka řeklinde dođranmıř limon dilimi konur.
- # En son bir çorba kaşığı yağ gezdirilir ve Alüminyum folyoya sarılarak paket yapılır.
- # Fırın ısısına dayanıklı bir kaba sarma palamutlar konur, 190 derece fırında yaklaşık yarım saat pişirilir.
- # Servis tabağına şekli bozulmadan, paketi açılarak konur.

Not: Bu şekil pişirme tarzı ile diğer cins balıklar da hazırlanabilir.