

Kremalı Mezgit Buğulama



Malzeme :

- 400 gr. mezgit fileto
- 1 adet sivri biber,köri
- 1 çay bardağı çiğ krema
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 adet soğan,tuz,karabiber

Yapılışı:

Balıkları baharatlarla karıştırıp güveç kabının içine yerleştirin. Krema, tereyağı ve rendelenmiş soğanı 3 dakika kadar kaynatın. Süzgeçten geçirip balıkların üzerine dökün. İrice doğranmış sivri biberleri de ilave edin. Güvecin üzerini yağlı kağıtla kapatın. 200 derecedeki fırında 35 dakika pişirin.



DEĞERLİ TÜKETİCİLERİMİZ

Hem içerdği besin maddeleri, hem de çağımızın belli başlı hastalıklarında tedavi edici rolüyle yararlanılması gereken mükemmel bir besin kaynağı olan balığın haftada 2-3 kez tüketilmesinde yarar vardır.

Balık Sağlıktır...!

Balık Lezzettir...!

Balık Bereketlidir...!

Ayrıntılı bilgi için

İl ve İlçe Müdürlüklerimize başvurunuz...

 **(0258) 212 54 80** (4 Hat)

 **(0258) 212 54 87**

 <https://denizli.tarimorman.gov.tr>

*Ürününüz bol,
Sağlığınız yerinde olsun...!*



DENİZLİ İL MÜDÜRLÜĞÜ

MEZGİT BALIĞI YEMEKLERİ

