

# Barramundi Sebze Tepsisi

Toplam 32 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Kolay

~256 kcal

Açılış 8/10

Barramundi sebze tepsisi, barramundi filetoyu renkli sebzelerle birlikte pişirerek Avustralya usulü hafif bir fırın yemeği sunar.

## Malzemeler

- 600 gr Barramundi fileto
- 2 adet Kabak
- 2 adet Biber
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 adet Limon
- 2 dal Taze ot
- 0.8 çay kaşığı Tuz

## Yapılışı

1. Sebzeleri iri doğrayın, zeytinyağı ve tuzla tepsiye yayın.
2. Sebzeleri 200°C fırında 10 dakika ön pişirin.
3. Balığı kurularak sebzelerin üstüne yerleştirin.
4. Limon dilimlerini balığın üstüne koyun, balığı kurumasını önlemek için zeytinyağını yüzeye gezdirin.
5. Tepsiyi 18 dakika daha fırında balık opaklaşana kadar pişirin.
6. 5 dakika dinlendirip tepsi suyuyla servis edin.

### PÜF NOKTASI

Balığı sebzelerin üstüne yerleştirmek fazla suyunu önler.

### SERVIS ÖNERİSİ

Tepsiden alıp yanındaki meze ve yeşillikle sıcakta tabakta sunun.

## Alerjenler

Deniz ürünleri