

Çanakkale Domatesli Sardalya Pilaki

Toplam 32 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 20 dk

4 kişilik

Kolay

~224 kcal

Açılış 7/10

Çanakkale domatesli sardalya pilaki, sardalyayı domates ve sarımsakla yağda pişirerek sulu, parlak ve sahil usulü bir tencere yemeği çıkarır.

Malzemeler

- 500 gr Sardalya
- 3 adet Domates
- 3 diş Sarımsak
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.3 demet Maydanoz

Yapılış

1. Sardalyaları temizleyip kılıçla çevresini kontrol edin.
2. Domates ve sarımsak tencerede 5 dakika çevirin.
3. Sardalyaları sosun üstüne tek kat dizin, balıkları parçalanmasın diye.
4. Kapağı kapatıp 2 dakika kısık ateşte pişirin.
5. Maydanozu ocaktan sonra serpin ve pilakiyi 11 servis edin.
6. Sardalyaları tabaktan alırken spatula kullanırsanız et parçalanmasın.

PÜF NOKTASI

Balıkları tencereye sızdırmak yağlı malarla azaltır.

SERVIS ÖNERİSİ

Pilakiyi 11 kunun, yanında ekmek ve limon dilimi verin.

Alerjenler

Deniz ürünleri