

## ماهی شکم پر

ماهی را با روغن زیتون، آبلیمو، نمک و فلفل مزه‌دار کرده و کنار می‌گذاریم. مغز گردو را با پیاز که آب آن را گرفته‌ایم، رب آلو و میزان کمی نمک و زردچوبه مخلوط کرده و شکم ماهی را با این مواد کاملا پر می‌کنیم.



### مواد لازم

ماهی قزلآلای طلایی: یک عدد  
 مغز گردوی آسیاب شده: نصف پیمانه  
 پیاز رنده شده: دو قاشق سوپخوری  
 رب آلو: دو قاشق سوپخوری  
 روغن مایع: نصف پیمانه  
 روغن زیتون: یک قاشق سوپخوری  
 آبلیمو: دو قاشق سوپخوری  
 نمک، فلفل و زردچوبه: به میزان لازم  
 طرز تهیه

ماهی را با روغن زیتون، آبلیمو، نمک و فلفل مزه‌دار کرده و کنار می‌گذاریم. مغز گردو را با پیاز که آب آن را گرفته‌ایم، رب آلو و میزان کمی نمک و زردچوبه مخلوط کرده و شکم ماهی را با این مواد کاملا پر می‌کنیم. روغن را در داخل ظرف مناسب روی حرارت قرار داده تا داغ شود، سپس به آرامی هر دو طرف ماهی را در روغن سرخ کرده و در ظرف سرو می‌کشیم.

نکاتمی‌توان به جای سرخ کردن، ماهی را در فر با حرارت 175 درجه سانتیگراد به مدت 45 دقیقه قرار داد تا پخته شود.