



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ALABALIK TAVA (TRABZON)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

8 adet Alabalık
1 su bardağı un
4 çorba kaşığı tereyağı
1 fincan sıvıyağ
5 limon
Maydanoz
Tuz
Karabiber

Alabalıkların yüzgeçlerini kesip içini çıkarın ve solungaçlarını çekerek alın. İyice temizlenene kadar yıkayıp süzün. Kağıt peçete veya temiz bir bezle balıkların suyunu alın. Tavaya sıvı yağ ve tereyağını koyarak kızdırın. Balıkları unlayın ve silkeleyerek fazla unlarından kurtulun. Tava iyice kızınca, balıkların sırtlarını size bakacak şekilde yağa koyun. 4-5 dakika kızarana kadar bir tarafını pişirin ve öbür yüzünü çevirip 4-5 dakika daha kızartın. Balıkların karın tarafları size bakacak şekilde servis tabağına alın. Tabağın kenarlarını isteğinize göre süsleyin ve kalan tereyağını eritip üzerine bir limonun suyu ilave edin. Hazırladığınız sosu balıkların üzerine dökün. Bu balığın yanında haşlanmış patates verebilirsiniz.

