



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ASMA YAPRAĞINDA IZGARA HAMSI

Yarım kg. hamsi  
150 gram taze asma yaprağı

Hamsilerin kafaları koparılır, içi temizlenir, kılçıkları çıkartılır ve güzelce yıkanarak suyu süzülür. Taze asma yaprakları yıkanır, sapları koparılır, ortasına bir adet hamsi konarak sarılır. Hazırlanan hamsiler, fırının ızgara konumunda ya da mangalda pişirilir.

Not: Eğer hamsi çok küçükse yaprağın içine iki küçük hamsi konabilir.

