



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

BALIK TAVASI

1 kilo balık (Kefal Mercan Uskumru Hamsi)
2 kahve fincanı un
1 ay bardağı zeytinyağı
1 limon
Tuz

Güzelce temizlenmiş balıklardan herhangi birisi, suyu iyice süzölüp bir bezle kurulanır. Bir kese kağıdına unla karıştırılmış tuz katılarak balıklar teker teker kesekağıdının içine konup ağız elle sıkılır, çalkalanır, böylece balığın her tarafına unun bulaşması sağlanır.Bütün balıklar undan geçirilir. Bir kağıt içersine, balıklar üzerinde fazla bulunan un silkelenerek kese kağıdına dökölür. Böylelikle balıklar unlanmış olur. Balıkların, kızgın yağ bulunan tavada iki tarafı kızartılır, tabağa alınır. Tabaktaki balıklar, kesilmiş limonlarla, halkalar halinde doğranmış soğan, kıyılmış maydanozlarla süslenir, servis yapılır.