



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## BALIK TAVA

1 kg. balık  
2 çorba kaşığı un  
1 tatlı kaşığı tuz  
1 su bardağı sıvıyağ  
1 limon  
8-10 dal maydanoz

Balığı özelliğine göre temizleyip yıkayınız. Küçük balıkları bütün olarak, büyük balıkları 1 parmak kalınlığında dilimleyiniz. Yemekten yarım saat önce tuzlayıp una bulayarak kızdırılmış yağda iki tarafını açık pembe renkte pişiriniz. Pişenleri yağlarının süzülmesi için kağıt yayılmış tabağa alınız. Servis tabağına yerleştirip maydanoz dalları ve limon dilimleri ile süsleyiniz.

[ML@ Palamut Tava için tıklayın](#)