



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BARBUNYA IZGARASI

Barbunyanın iyisi ve lezzetlisi orta boyda olanıdır. Tava için ufaklarını seçmek, temizleyerek tuzlayıp 7 — 8 saat bırakmak gerektir. Sonra üzerine zeytinyağı sürüp ızgaraya diziniz. Orta ateşte pişirin. Üç dakika sonra balıkları çevirip öteki tarafı da kızarınca tabağa alın.