



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİL BALIĞI TAVASI

8 tane dil balığı (büyükçe)

1/2 bardak un

5-6 dal maydanoz

1 bardak zeytinyağı

2-3 adet yumurta

1,5 adet limon

Balıklar iyice temizlenir. Çevre yüzgeçleri kesilerek atılıp yıkanır. Deri, solungaç kapaklarına yakın yerlerinden bıçağın ucu ile elle tutulacak kadar aralanır, sonra da çekmek suretiyle soyulur.

Balık, böylece tertemiz olup pişirmeye hazır duruma getirilince tuzlayıp biberlenir, una bulanır. Yumurtalar kırılıp akı ile sarısı karışmaya kadar çırpılır. Sonra balıklar bu yumurtaya da bulanır ve kızgın zeytinyağı bulunan ateşteki tavaya konur.

Balıklar kızardıkça kağıt yayılmış bir tepsiye alınır, oradan da servis tabağına aktarılır. Maydanoz dalları ve limon dilimleri ile süslenildikten sonra servis yapılır.