



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DLL BALIĞI TAVASI

Dil balığının içini ve kulaklarını iyice ayıklayıp, gerekenlerin pullarını kazıyınız. Bunları yanlarını çizerek tuzlayınız. Bir saat kadar bu tuzlanan balıkları bekletiniz ki, tuz içlerine sinsin. Sonra bunları ince una bulayarak ve silkerek tavada yanmakta olan zeytinyağında iki taraflı kızartınız. Kızaran balıkları sonra bir şiş ile kaldırıp yağı süzülünceye dek kevgirde durdurunuz, daha sonra tabağa diziniz. Eğer tavasını yapmak istediğiniz balık kalınsa içi piş-mez. Bu yüzden içinin iyice pişmesi ve dışının da kızarması için önce orta ateşte ve sonra da şiddetli alevde kızartınız. Sıcak sıcak tabağa alıp limon sıkıp emdirerek sofraya koyunuz.

© lezzetler.com tarif no:53323 • adı:DİL BALIĞI TAVASI • gönderen:karaca • indirme tarihi:19.04.2024 - 03:21