



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA LİMONLU MEZGİT

1 kg mezgıt balığı filetosu
50 gr tereyağı
1 çorbakaşığı erimiş
2 çorbakaşığı zeytinyağı
1 çay bardağı limon suyu
1 çay kaşığı un
1 çay kaşığı paprika
Karabiber

Tereyağı, zeytinyağı ve limon suyunu karıştırın.

Başka bir kaptan un, tuz, karabiber ve paprikayı karıştırın.

Balıkları ilk önce tereyağlı karışıma daha sonra un karışıma batırarak fırın tepsisine alın.

180 derecede 20 dakika pişirerek servis edin.