



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇITIR İSTAVRİT

Gülhan Kara

600 gr ayıklanmış istavrit
1 su bardağı un
1 tatlı kaşığı tuz

Ayıklanmış istavritleri yıkayıp sularının süzülmesi için süzgece alın.

Bir tepsinin içinde un ve tuzu karıştırıp istavritleri ekleyin. Hepsini harmanlayarak balıkların una bulanmasını sağlayın.

Philips airfryer'in pişirme haznesini çıkarın. Pişirme sepetini fırça ile yağlayın. İstavritlerin fazla ununu silkeleyerek pişirme sepetine sıralı şekilde yerleştirin. Isıyı 180 dereceye getirin. Pişirmeyi başlatmak için zamanlama düğmesini 15 dakikaya ayarlayın. 7. dakikada sepeti çekip sallayarak balıkların çevrilmesini sağlayın. Pişirmeye devam edin.

Çıtır istavritleri yanında taze yeşillikler ve limon dilimleriyle sıcak olarak servis edin.

Not: Dilerseniz istavritleri hiç una bulamadan, sadece 1 kaşık sıvı yağ ile bulayıp pişirebilirsiniz.

