



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAYS ÇITIR BALIK

Özgür Şef

BALIK FİLETO
TUZ
KARABİBER
1 PAKET KIRILMIŞ LAYS
SARIMSAK
YUMURTA
UN
SIVI YAĞ

Balıkıdan 2 adet balık fleto alın Yıkayıp suyu süzülen balıkların her iki tarafına tuz ve karabiberi serpin. Sarımsaklarınızı bir havanda ezin diğerk tarafta ırdıttığınız yumurtaların içine karıştırın. Balıklar önce una, sonra yumurtaya en son da kırılmış lays a batırılarak kızgın sıvı yağda her iki tarafı da çevrilerek kızartılır. Servise hazır.