



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSI KAYGANASI

2 kiřilik Gerekli malzeme:

200 gr hamsi

3 yumurta

2-3 taze soğan

Yarım demet maydanoz

Yarım demet taze nane

2 orba kaşığı mısır unu

3 orba kaşığı sıvıyağ

Tuz

Hamsilerin kılçıklarını ayıklayıp bol suyla yıkayın ve süzün. Yumurtaları ukur bir kaba kırın. Taze soğan, maydanoz ve naneyi temizleyip kıyın. Yumurtaların bulunduğu kaba yeşillikler, mısır unu, tuz ve hamsileri yumurtaya ekleyip iyice karıştırın.

Sıvıyağı tavaya alıp kızdırın. Karışımı tavaya döküp üzerine kaşıkla düzeltin. Kaygananın bir yüzü piştiğinde dikkatlice çevirip diğer tarafını da kızartın. Sıcak servis yapın.