



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMSI TAVA

800 gr - 1 kg iri hamsi

Mısır unu

Tuz

Zeytinyağı

Yapılışı:

Hamsileri kafalarını kopararak, bıçak kullanmadan ve kılçıklarını çıkartmadan temizleyin. Bilahare bir kaba alın ve bol su ile kanları tamamiyle gidinceye kadar yıkayın.

Hamsileri tuzlayıp bir tarafta 10-15 dakika dinlendirin. Tavadayğı iyice kızdırın.

Hamsileri mısır ununa bulayın ve fazla unu atmak için hafifce silkeleyip tavaya serbest bir şekilde ve azar azar dizin. Bir tarafı kızarmış balıkları maşa ile ters çevirip öbür taraflarını da kızartın.

Sıcak servis yapın.

Notlar:

Mısır unu balığa çok hoş bir gevreklik verir. Bu nedenle kılçıkları çıkarılmadan pişirilmesi ve böylece yenmesi tavsiye olunur.

Mısır unu fazla yağ emmeyeceği için kağıt havluya gerek yoktur.

Yağın kızgın olmasına dikkat edin ve yağ soğutmamak için hamsileri azar azar tavaya koyun.