



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İRMİKLİ MISIR UNLU PALAMUT TAVA

1 adet dilimlenmiş temizlenmiş orta boy palamut balığı

1 ay bardağı irmik

1 su bardağı mısır unu

1 ay bardağı un

Tuz

Karabiber

Toz tatlı biber

1 su bardağı sıvı yağ (kızartmak için)

Bir kapta unları, irmiğı, tuzu ve baharatları karıştırıp harmanlayın. Tavada yağı kızdırın, balıkları bu una bulayıp orta ateşte kızartın. Havlu kağıt serili tabağı alın, sonra servis tabağına alın. Sıcak servis yapın.

