



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MEZGİT PANE

1 kg mezgıt  
3 yumurta  
50 gr rendelenmiř kařar peyniri  
sıvıyağ  
un  
galeta unu  
maydanoz  
karabiber  
tuz

Balıkların filetosunu çıkartın ve tuz, biberleyin. Yumurtaları ırıp, peynirle karıştırın. Filetoları sırasıyla, una, yumurtaya ve galeta ununa bulayıp, kızdırılmış yağda kızartın.