



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## MEZGİT TAVA

6 adet iri mezgit  
1 bardak ayçiçek yağı  
Un  
Tuz  
Limon  
4 adet yumurta

Balıkları ayıklayıp yıkayın. Ortadaki kılçıklarını çıkararak ikiye bölün ve tuzlayın. Yumurtaları una kırıp çirpin. Unlu balığı yumurtaya batırıp kızgın yağda kızartın. Limonla ve salatayla servis yapın.

---