



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## MEZGİT TAVASI

1 kg mezgıt  
2 adet yumurta  
1 ay bardağı un  
1 tatlı kaşığı tuz  
Kızartma yağı

Mezgıtlerin flatosu çıkarılır. Un tuzla karıştırılır. Flatolar önce una batırılır sonra çırpılmış yumurtaya bulanır. Teflon tavada sığ yağda kızartılır.