



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PALAMUT TAVASI

Balığı temizleyip, yuvarlak doğrayın, tuz! ayıp bir kenarda bir buçuk saat dinlendirin. Sonra una bulayrp, kızgın ve bol zeytinyağında kızartın. Zeytinyağlı sarımsak ezmesi ya da tarator ilâvesiyle sofraya götürün.

NOT: Yağlı zamanlarında palamudun ızgarasını tercih edin.

[ML© Palamut Tava için tıklayın](#)



Fotođraf "günler" tarafından gönderildi. 16.04.2018