



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARIMSAKLI SOMON

2 adet karadeniz somonu
2 diş sarımsak
2 çorba kaşığı un
1 tatlı kaşığı tuz
Kızartma yağı

Karadeniz somonları fileto çıkartılır, yıkanır. Sarımsaklar tuzla ezilir. Balıkların iki yüzüne sürülür. Una bulanır, silkelenir. Teflon tavaya az yağ konur. Somonların iki yüzü kırmızı renk alacak kadar kızartılır.