



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TON BALIĞI PANE

Ton balığı dilimleri tuzlanır, karabiber serpilir. Dilimler birer birer una batırıldıktan sonra çırpılmış yumurtaya atılır. Sıvazlanıp çıkarılır ve galeta tozuna batırılır. Sonra kızgın rafine veya zeytinyağına atılır. Üç dakika çevrilerek pişirilir, tabağın ortasına dizilir. Yanlarına haşlanmış patates halka şeklinde kesilmiş olarak yerleştirilip tartar sosla birlikte servis yapılır.

---