



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK HAŞLAMASI

İyice temizlenmiş balıkları maydanoz kökü, tuz, soğan ve havuçla beraber tencereye koyunuz. Üstünü örtecek kadar su doldurunuz. Orta ateşte iyice pişinceye dek kaynatınız. Soğuduktan sonra kılçıklarını dikkatle temizleyiniz, etlerini tekrar suyuna atıp birkaç dakika ateşte bırakınız. Yerken üzerine biraz çiğ yağ gezdiriniz, bolca limon sıkmayı da unutmayınız.

Not: Etleri ayıkladıktan sonra, isterseniz tabağa koyup üstünü mayonezle örtüp, kapari v.b. ile süleyiniz. Deniz balıklarının pek çok, çeşidi vardır. Hele gümüş, hamsi, kaya, gelincik, izmarit, mezgit, istavrit, dülger, ilarya, pisi, karagöz, sarıkanat v.b. gibi ufak balıklar tavadan başka bir şey olmaz. Ancak bunlar etlerinin ve boylarının benzeyişi bakımından yukarıda tarif ettiğimiz balıklar gibi pişirilebilir.
