



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## BALIK IZGARA

1 kilo balık  
1 ay bardağı sıvı yağ  
Tuz

Balıkları güzelce ayıklayıp yıkadıktan sonra, biraz yağlayıp yağlanmış ızgarada kızartın.