



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALIK KIZARTMA

Sindirimi, kolay, lezzetli bir balık tavası yapmak için yağsız balık tercih edilmelidir. Yağlı balık kızartıldığı takdirde sindirimi güçtür. Kızartma işlemini derin bir kaptaki ve bol yağda yapmalıdır.

Balığı düzgün kızartmak için mutlaka üzerini kaplamak lâzımdır.

Kaplama yapacak gereçler şunlardır :

Un, Yumurta, Galeta tozu, (ayrıca Un ve yumurta karışımı sulu bulamaçtan yapılır).

