



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVADA BARBUN

1 kg barbun balığı

Mısır unu

Tuz

Fındık yağı

Ayıklanmış barbunları yıkayın ve süzgece alın. Süzülen balıkları tuz ile karıştırılmış mısır ununa bulayın. Balıklarınızı tavada kızdırılmış bol fındık yağında ya da az miktarda yağ ilavesiyle balık tavaında çıtır çıtır kızarana kadar pişirin. Barbunları limon dilimleri ile servis yapın.
