



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BARBUNYA TAVA

8 orta boy barbunya balığı
3 çorba kaşığı un
1 kahve kaşığı tuz
1 su bardağı rafine yağ
2 orta boy limon (dilimlenmiş)
1 demet maydanoz

Balıkların pullarını bir bıçakla hafifçe kazıyarak temizleyiniz. Karınlarını yararak barsaklarını ve solungaçlarını çıkarınız. Kuyruk ve kanatlarını da kesip attıktan sonra, iyice yıkayınız. Tuzlayıp unladıktan sonra bir kenara koyunuz. Bir tavada rafine yağı kızdırınız. Barbunyaların her iki taraflarını kızgın yağda 4-5 dakika kızartınız. Balıkları bir servis tabağına alıp, limon dilimleri ve maydanozla süsleyerek, yanında yeşil salatayla servis ediniz.
