



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BARBUNYA IZGARASI

12 adet barbunya
3 kaşık zeytinyağı
1/2 demet maydanoz
1 bardak un

Kuyruk uçları ve yüzgeç kanatları da kesilerek iyice temizlenen balıklar önce tuzlanır, sonra zeytinyağına ve una bulanarak ızgaraya alınır.

Barbunya eti son derece gevrek olduğundan una bulanmadığı takdirde parçalanır. Izgarada yeteri kadar kızaran balık piştikten sonra servis tabağına alınır, limon suyu gezdirilir maydanozlarla da süslenerek servis yapılır. Garnitür olarak patates konur.