



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BARBUNYA TAVA

Malzemesi

1 kg. barbunya

1,5 su bardağı kızartmalık yağ

1/2 su bardağı un

Balığın pullarını bıçağın kenarıyla kazıyıp, boynunu hafifçe enine doğru kesin ve kafasını koparmayın. Kestiğiniz yerden karnına doğru yarıp solungaçlarıyla bağırsaklarını çıkartın. İyice yıkayıp süzün ve hafifçe tuzlayarak 15-20 dakika kadar bekletin. Una buladıktan sonra unun fazlasını silkeleyerek giderin.

Yağ kızdırılmış tavada, orta ısıda, her iki tarafı sekizer dakika olmak üzere kızartın. Limon dilimleri ve ince kıyılmış maydanozla süsleyip servis yapın.
