



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BARBUNYA TAVA

800 gr barbunya balığı
Kızartma yağı
Beyaz un
Tuz

Temizlenmiş barbunların sırtları parmakla kontrol edilip kalan pullar temizlenir. Bıçak kullanılmaması gerekir. Bol suda yıkandıktan sonra kağıt havluya dizilerek durulanır. İçine ve dışına az miktarda tuz ve karabiber sürülür. 20 dakika kadar oda sıcaklığında dinlendirilir. Bir tavada sıvı yağ kızdırılır ve barbunlar una bulanıp tavaya atılır. Küçük balıkların her iki yanı 10 dakika kadar kızartılır. Büyük balıkların ise birkaç defa çevrilmesi gerekir. İri barbunlar unlanmadan da kızartılabilir. Küçük barbun ve tekirlerde mısır unu da kullanılabilir. Mısır unu güzel ve değişik bir lezzet verir.