



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİNGENE PALAMUDU TAVA

8 adet çingene palamudu
1/2 su bardağı rafine yağı
1/2 tatlı kaşığı tuz
1 adet limon, 4'e yarılmış
2 çorba kaşığı un

Balığın kulaklarından bağırsaklarını çekerek çıkarınız ve karnını yarmayınız, balığı yarım santim kalınlığında dilimleyip yıkayınız. Kuruladıktan sonra bir tavaya yağı koyup kızdırınız ve balıkları ilâve edip 4'er dakika alt ve üstünü altın sarısı kızartıp yanında yarımşar limon ve piyaz doğranmış soğan ile servis yapınız.

Not: 15 Eylül'de çıkıp 15 Ekim'e kadar devam eden küçük palamuda, «Çingene Palamudu» denir ve yalnız tavası makbuldür. Bir kişiye bir çingene palamudu yeterlidir.