



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİL BALIĞI FİLETOSU TAVADA

Dil balıkları filetolarını una bulayıp bir miktar zeytinyağı - sadeyağ karışımı içinde kızartın. Kızaran balıkları servis tabağına alın, üstüne tuz ve karabiber serpin. Sonra da her birinin üstüne birer dilim limon koyun, ince kıyılmış maydanozla süsleyin. Tavada kalan yağa bir miktar taze yağ katarak balıkların üstüne dökün. Filetoların üstüne biraz da limon sıktıktan sonra servis yapın.
