



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATESLİ PALAMUT TAVASI

1 adet palamut
250 gram domates
1 adet marul
100 gram zeytinyağı

Palamut 3 santim kalınlığında parçalara kesilerek yıkanır. Tuzlu suda yarım saat bırakılır. Tekrar yıkanır ve kurulanır, iki tarafı una bulandıktan sonra yağda kızartılır. Arzu edilirse tabağa kıvırcık salata ve domates de konur. Ayrı tabağa soğan salatası, bol maydanozla hazırlanır. Servis yapılır.
