



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMSI ÇİĞİRTASI (RİZE)

Rize İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Bir bağ pazı
bir bağ taze soğan veya buna denk yerli pırasa yaprağı
iki bardak ince mısır unu veya buna denk buğday unu da olabilir
bir tas tuzlu hamsi
bir yumurta büyüklüğünde içyağı
Kızartma için zeytinyağı yoksa tereyağı

Hamsiler önceden suya konarak ayıklanır, kılçıklarından temizlenir, hamsi, un, kıyılmış pazı ile soğan içyağı ile karıştırılarak ekmek hamuru gibi hafifçe yoğrulur, tuzu kontrol edilir. Yumurta katılırsa daha iyi olur. Bir santim kalınlığında veya daha ince yayılarak tavada kızartılır.

