



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSI KAVURMA

Yarım kg hamsi
1 adet kuru soğan
2 adet domates
2 adet biber
4 çorba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz

Hamsilerin başları ve kılçıkları çıkarılır. Tencereye yağ konur, ısınınca ince kıyılmış soğan eklenir ve pembeleştirilir. Üzerine hamsi eklenir, 15 dakika kavrulur. Sonra ince kıyılmış biber atılır, birkaç kere çevirdikten sonra küp doğranmış domates ve tuz katılır. 10 dakika daha kavrulur, ateşten alınır.