



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMSİ TAVA (DÜZCE)

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 kg hamsi
300 g mısır unu
75 g buğday unu
½ çay bardağı sıvı yağ
Yeteri miktar tuz

İlk olarak hamsiler parmak yardımıyla temizlenerek yıkanır, süzülür ve tuzlanır.
Geniş bir tepside mısır unu ve buğday unu karıştırılır.
İçerisine süzülen hamsiler ilave edilir ve iyice una bulanır.
Daha sonra yağsız tava ocağa alınarak 20 saniye ısıtılır.
Ardından undan çıkarılan balıklar silkelenecek kuyrukları iç tarafa gelecek şekilde çarkıfelek formunda dizilir ve tavanın kenarından yağ gezdirilerek bir dakika kızartılır.
Ters düz edilen balıkların diğer yüzü de 40-45 saniye kızartılarak servis edilir.

Not: Hamsiler alındığı gün kızartılmayacaksa, daha sonra pişmeden önce yaklaşık 40 dakika tuzlu suda bekletilirse daha lezzetli hale gelecektir.

