



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSI TAVA

1 kg. hamsi
Mısır unu
Tuz
Kızartmak için sıvı yağ

Hamsiler kafalarından çekerek, kılçıkları, kuyruğu ve içi ile beraber çıkartılır. Koparmadan ortadan ikiye ayırarak fileto elde edilir ve bu şekilde yıkanır. Kızartma tavaında yağ kızdırılır, hamsi filetoları, önce tuzla karıştırılmış mısır ununa bulanır daha sonra kızartma tavasına sıkı sıkı dizilerek iki taraflı kızartılır. Sıcak olarak servis edilir.

