



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSI TAVA

Hamsi
Mısır unu
Sıvıyağ
Tuz

Balıkların temizledikten sonra iyice yıkayın ve bir kaba koyarak yeteri kadar tuz serpin. Hamsileri, tabağa koyduğunuz mısır ununa bulayın. Tavaya az miktarda sıvı yağ koyarak altını yakın ve yağ kızdıktan sonra balıkları dizin.

Balıkların alt kısmı kızardıktan sonra düz bir kapak varsa onunla yoksa tek tek çevirin ve her iki yüzleri kızardığında servis tabağına alın.

