



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HAMSI TAVA

1350 gr Hamsi
1.5 Yemek Kasigi Tuz
4.5 Yemek Kasigi Sivi yağ (kızarıırken çektiği)
6 Yemek Kasigi Misir Unu

Balıkları temizle, yıka, tuzla, süzgeçte 15 dakika beklet, altı gruba böl. Tavaya 1 tatlı kasigi kadar yağ koy, isit, balıkların bir grubunu misir ununa bulayıp kuyrukları aynı yöne gelecek şekilde yan yana dizerek daire oluştur, bir yüzü kızarıncaya düz bir tabak kullanarak şeklini bozmadan ters çevir, diğer yüzünü de kızart. Kalan yağı azar azar ekleyerek diğerlerini de aynı şekilde kızartmaya devam et.
