



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMSI YAHNİSİ

1 kg hamsi
1 ay bardağı sıvı yağ
1 orba kaşığı salça
1 adet iri kuru soğan
3 adet patates
2 adet havuç
Tuz

İnce kıyılmış soğan yağda hafif pembeleştirilir. Üzerine kuşbaşı doğranmış havuç, 5 dakika sonra patates eklenir. 15 dakika sonra salça katılır. Üzerine ayıklanmış hamsiler katılır. Tencrenin ağızı kapatılır. 20 dakika kadar pişirilir.