



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## İSTAVRİT TAVA

<https://acunn.com>

300 gram istavrit

1/2 çay kaşığı tuz

4 yemek kaşığı mısır unu

Kızartmak için:

Yarım su bardağı mısır özü yağı

Servisi için:

Yarım limon

Yarım kırmızı soğan

Bol suda yıkadığınız istavritlerin iç kısımlarını ayıklayın; ayıklama işlemine devam ederken kafa ve kuyruk kısımlarını almayın.

İçini temizlediğiniz ve duruladığınız balıkların suyunu süzdürün. Fazla sularını gerekirse bir kağıt havlu yardımıyla alın ardından balıkları orta kısımlarına da gelecek şekilde tuzlayın. İri tane olmaması için mısır ununu eledikten sonra düz bir servis tabağına alın.

Tuzladığınız balıkları arkalı-önlü mısır ununa bulayın, tercihe göre mısır özü yağın teflon bir tavada kızdırın.

Mısır ununa buladığınız istavritleri, arkalı önlü ters çevirerek renk alana kadar kızartın ve kızaran balıkları fazla yağın bırakmaları için kağıt havlu serili bir servis tabağına çıkartın.

Halka halka kestiğiniz kırmızı soğan ve limon dilimleri eşliğinde sıcak olarak servis edin.

Not: Arzuya göre kızartma işlemi derin yağda yahut fritözde de gerçekleştirilebilir.

