



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALAMAR TAVA

2 paket dondurulmuş kalamar

Panesi için:

4 adet yumurta

2 bardak un

4 yemek kaşığı sıvıyağ

Kızartmak için sıvı yağ

1 bardak un

Paneyi hazırlamak için tüm malzemeleri karıştırın. 1 bardak unu çukur bir kaba koyun. Kalamarları önce una, daha sonra hazırladığınız karışıma batırıp, yağda 2 dakika kızartın.
