



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KALKAN BALIĞI TAVASI

Malzeme :

1 kg Kalkan balığı,  
1 su bardağı kızartma yağı,  
1 avuç un, tuz,  
limon,  
maydanoz.

Yapılışı:

- 1- Balığı temizleyip, yıkayıp suyunu süzdürünüz.
  - 2- Kalkan balığı temizlendikten sonra bir kişilik parçalar kesilip kızartılır.
  - 3- Yemek zamanına 20 dakika kala tuzlayıp, biberleyiniz.
  - 4- Her tarafını muntazam una bulayıp kızdırılmış yağda her tarafını pembe renkte kızartınız.
  - 5- Kağıt yayılmış tepsiye çıkarınız (Fazla yağın gitmesi için.)
  - 6- Servis tabağına zevkinize göre yerleştiriniz.
  - 7- limon ve Maydanoz dallarıyla süsleyiniz.
-