



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALKAN BALIĞI TAVASI

Malzemesi

1,5 kg. kalkan

2 ay fincanı un

2 ay fincanı kızartmalık yağ

2 adet limon

Tuz

Karabiber

Balığı birer kişilik parçalara ayırarak yıkayın. Yemekten 25-30 dakika önce tuz ve biber ekin. Una bulayarak kızdırılmış yağda kızartın. Kızaran parçaları kağıt yayılmış bir tepsiye çıkarın ve dağıtım tabağına alarak yanına dörde bölünmüş limon koyup maydanoz dallarıyla süsleyerek servis yapın.

Not: Bütün balık tavaları bitkisel yağlarda yapılır. Dięer yöntemlerle pişirmede tereyağı ve margarinden yararlanılabılır.
