



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KALKAN TAVA

8 dilim kalkan (125'er gramlık)
1/2 su bardağı rafine yağı
1/2 tatlı kaşığı tuz
1 adet limon, 4'e yarılmış
2 çorba kaşığı un

- 1) Kalkanları yıkayıp kurulayınız. Alt ve üstlerini tuzlayıp bastırmadan una bulayınız.
 - 2) Sonra bir tavaya yağı koyup kızdırınız ve kalkanları ilâve edip 4'er dakika alt ve üstünü altın sarısı kızartıp limonlarla beraber servis yapınız.
-