



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEFALLİ OMLET

Yarım kg. kefal (ya da beyaz etli baska bir balik)

1 sogan

½ çorba kasigi tuz

5 dal maydanoz

5 yumurta

Baliklari ayiklayip yikadiktan sonra parçalara ayirip bir tencereye yerlestirin. Baliklarin üzerlerini örtecek kadar su koyup sogan ve maydanoz dallariyla birlikte haslayin. Su kaynadiktan sonra tuzunu katip 15 dakika pisirin. Tencereyi ocaktan alip baliklari sudan çikarin. Baliklar soguduktan sonra deri ve kilçiklarini çikarip didikleyerek küçük parçalara ayirin. Diger tarafta yumurtayi çirpip balikla karistirin. Tavaya bir miktar yag koyup kizdirin. Hazirladiginiz malzemeden tavanizin büyüklüğüne uygun miktarda tavaya dökerek pisirin. Sicak servis yapin.
