



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KOLAY BADEMLİ DİL BALIĞI

4 adet orta boy dil balığı (derisi soyulmuş)  
200 gram margarin  
100 gram kabuğu çıkarılarak kıyılmış badem  
Yarım demet maydanoz  
1 çorba kaşığı un  
Tuz

Margarini bir tavaya koyup kızdırın. Balıkları tuzlayıp unladıktan sonra margarinin içine yatırın ve çevirerek pişirin. Pişenleri servis kabına koyun. Tavada kalan yağı başka bir kaba koyup bademleri içine atın. Bademler kızarıncan maydanozu da margarin ile eritip hemen balıkların üzerine döküp servis yapın.

