



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY ÇİROZ SALATASI

Çiroz balığını kıvılcımlı küle sokup azıcık pişirdikten sonra, yani taş gibi kurutmadan ve yakmadan, külden çıkarın, başlarını koparın, çirozları sırt üstü yatırıp keten gibi tel tel olana dek dövün. Hemen kabuğunu üstünden ve kılçıklarını da içinden çıkarın. Sirke dolu bir kaba bu çirozları atm. Biraz sirke içinde durduktan sonra elle uğulayıp sirkenin içinden çıkarın, başka temiz bir tabağa yayın, üstüne ince kıyılmış dereotunu serpin, sonra da Yeşil Salata yaparken hazırlamış olduğunuz sirke ya da limon suyu ile zeytinyağı karışımını çarpa çarpa beyaz hale getirdiğiniz ve karıştırdığınız ekşi maddeyi üstüne döküp sofraya veriniz.