



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY İZMARİT IZGARASI

1000 gram izmarit balığı
1 büyük limonun suyu
1/2 kahve fincanı zeytinyağı
Tuz

1 Çok irilerinden 1000 gram izmarit balıklarının pullarını kazımadan iç ve solungaçlarını temizledikten sonra, balıkları yıkamalı, tuzlamalı ve 1 saat bir tarafa bırakmalıdır.

2 Bir saat sonra balıkları; telleri hafifçe zeytinyağlanmış ve çok harlı olmayan kömür ateşinin aşağı yukarı 5-6 parmak yüksekliğinde bir yerine oturtulmuş tel ızgaraya yerleştirerek, balıkların bir tarafını iyice kızardıktan sonra, diğer taraflarını çevirmek suretiyle 7-8 dakika arasında kızartmalıdır.

3 Kızarıncaya; balıkları başlarıyla, üstleri kazınmamış olduklarından iki taraflarındaki kaim tabaka olarak oluşmuş olan derilerini sıyırmak suretiyle çıkarıp attıktan sonra derileri soyulmuş balıkları servis tabağına yerleştirmeli ve üstüne yarım kahve fincanı zeytinyağı ile 1 limonun suyunu gezdirmeli ve servis yapmalıdır.