



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÜÇÜK BALIKLARI TAVADA KOLAY ÇEVİRİN

Hamsi sardalya, istavrit gibi küçük balıkları kızartırken tavaya yağ koyup Kızdırdıktan sonra, unladığınız balıkları tavaya aralıksız olarak düzgünce dizin. Balıkları tek tek çevirmek yerine tıpkı omlet yapıyormuşsunuz gibi, tavanın üzerine bir tabak kapatarak tek bir hamlede tüm balıkların pişen ve pişmeyen tarafını ters yüz edin. Böylece balıkları dağıtmadan pişirmiş olursunuz ve hepsini aynı sıcaklık seviyesinde servis yapabilirsiniz. Hamsi, sardalya, istavrit balıkları karaya çıkışlarından itibaren en fazla net ağırlığı 12 kg'ı geçmeyen kasa veya kutularla nakledilebilir.