



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAKERDA

Büyük balıkların palamut, torik, v.b. baş, kuyruk, bağırsak ve yüzgeçleri çıkartılır, ilikleri temizlenir. İki parmak kalınlığında dilimlere ayrılır. Hamsinin ise baş ve bağırsakları çıkartılarak temizlenir. Temizlenmiş balıklar emaye kaba aralarına iri tuz serpmek suretiyle yerleştirilir, üzerine ağırlık konup 15 gün serin yerde bekletilir. (Tencerede biriken su arada süzülür.) Tuzsuz hazırlanan limon sosu ile yenilir.
