



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## LEVREK PANE

8 levrek filetosu  
3 orba kaşığı un  
1 ay kaşığı tuz  
1 su bardađı galeta unu  
4 yumurta (hafifçe çırpılmış)  
200 gr (1 su bardađı) rafine yađ  
2 orta boy limon (dilimlenmiř)  
1 demet maydanoz

Levrek filetolarını tuzlayıp unlayarak, fazla ununu silkeleyiniz. Balıkları önce çırpılmış yumurtaya, sonra galeta ununa bulayınız.

Bir tavada rafine yağı kızdırınız. Levrek filetolarını kızgın yağda 4-5 dakika, her iki yanları nar gibi olana kadar kızartarak, tavayı ateşten alınız.

Balıkları ısıtılmış bir servis tabağına dizip, limon dilimleri ve maydanozla süsleyerek servis ediniz.

---