



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LÜFER

Denizlerimizin en lezzetli balıklarındandır. Boylarına göre farklı isimleri alır: 10 santime kadar Defne, 15 santime kadar çinekop, 20 santime kadar kaba çinekop, 25 santime kadar sarıkanat, 30 santime kadar lüfer, 30 santimden büyükse kofana. Her türlü yemeği yapılır, özellikle ızgarası çok lezzetlidir.
