



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

MARGARİNLİ LÜFER KIZARTMA

50 gr. sana mutlu aile
1 fiske tuz
3 adet lüfer
1 su bardağı zeytinyağı
1 su bardağı un
2 adet limon

Lüfer balıklarını temizleyin. Balıkları tuzla ve limonun suyuyla karıştırarak yarım saat bekletin. Unlayıp hızlı ateşte kızgın zeytinyağı ve margarinle beraber tavada kızartıp servis yapınız.