



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEZGİT BALIĞI KIZARTMASI

8 Mezgit
3 Dilim ufalanmış bayat ekmek
3 Çorba kaşığı tereyağ
Yeteri kadar tuz, karabiber
1 Su bardağı zeytinyağı
2 Limon

Balıkları yıkayınız ve içlerini boşaltmadan önce sivri bir bıçakla baştan kuyruğa kadar sırt kısmını yarınız. Kılçıklarını çıkarıp temizleyiniz. İçindeki siyah deriyi de kaldırınız. Yine yıkayıp tuz ve karabiberledikten sonra kapatıp bir kenara koyunuz. Yağı kaldırınız. Mezgitleri içine atmadan önce açarak ufalanmış ekmeğe bulayınız. Çok sıcak olmayan yağda çevirmeden 8-10 dakika pişiriniz. Bir kâğıdın üzerine koyarak yağın süzülmesini sağlayınız. Hafif tuzlayıp servis anında her balığın üzerine bir dilim tereyağ, maydanoz, tuz, karabiber ve birkaç damla limon suyu ile bir dilim limon koyunuz.

[ML® Fırında Mezgit Kızartması için tıklayın](#)