



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MEZGİT KROKET

Elif Korkmazel

6-7 dilim kuru ekmek
2 adet mezgıt fileto
2 diş sarımsak
Kırmızıbiber
Kimyon
Kızartmak için sıvı yağ

Ekmekleri, dövülmüş sarımsak, kırmızıbiber ve kimyonu robotta karıştırın. Mezgıt filetoyu parmak büyüklüğünde doğrayın. Tahta bir tokmakla üzerlerine hafifçe vurarak inceltin. Balıkları, hazırladığınız baharatlı ekmeğe bulayın. Kızgın sıvı yağda kızartın. Yanında salatayla servis yapın.