



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEZGİT TAVA (ORDU)

Ordu Büyükşehir Belediyesi

1 kg mezgıt
1 su bardağı mısır unu
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım çay bardağı sıvı yağ

Mezgıt balıkları başları kopartılarak temizlenir, yıkanır ve süzölür. Üzerine tuz serpererek mısır ununa bulanır. Balıklar ayıklanırken eğer içlerinden yumurtaları (havyar) çıkarsa onlar da ayrıca unlanıp kızartılabilir. Tavada yağ kızdırılır, balıklar dıştan içe doğru dizilir, orta hararetli ocakta iki taraflı kızartılır. Sıcak servis edilir.

