



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PALAMUT DOLMASI

4 adet palamut
1 adet soğan
Yarım demet maydanoz
1 yumurta
2 adet patates
Üzeri için:
1 yumurta
1 çay bardağı galata unu
Kızartmak için sıvı yağı

Palamutları yıkayıp bir tencereye alın. Üzerine az su koyup haşlayın. Diğer taraftan da patatesleri haşlayıp ezin. Haşlanmış balık etlerini patateslerin üzerine ekleyip karıştırın. Rendelenmiş soğanı, bir yumurtayı ve baharatları ekleyip son olarak kıyılmış maydanozları da ilave ederek köfte gibi karıştırıp elinizle ceviz büyüklüğünde parçalar kopartın. Önce yumurtaya sonra da galata ununa bulayıp kızartın. Üzerine kürdanla domates ve birerleri batırın servis tabağına dizin. Sıcak olarak servis yapın.