



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PALAMUT BALIĞI KÖFTESİ

2 adet palamut
1 adet rendelenmiş soğan
2 dilim bayat ekmek içi
3 adet yumurta
Bulamak için:
Galeta unu
Tuz, karabiber, kekik
Maydanoz
Kızartmak için:
Sıvıyağ

Balıkları ayıklayıp yıkayın.
Tuzlu suda 10-15 dakika haşlayın.
Kendi suyunda soğutup, deri ve kılçıklarını çıkarın.
Etlerini incecik kıyın.
Diğer tüm malzemeyi balığa ekleyip yoğurun
Köfte şeklinde parçalar koparıp, elinizde şekil verin.
Galeta ununa bulayıp, kızgın sıvıyağda kızartın.

