



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PALAMUT TAVA

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

6 adet palamut
2 tatlı kaşığı tuz
60 g un
300 ml zeytinyağı

Palamutları halka halka doğrayın. 2 tatlı kaşığı tuz döktüğünüz suda biraz bekletin ve yıkayın.

Kızartmak için balıkları una bulayın.

Kızdırdığınız zeytinyağında ağır ağır kızartın.

Kızartırken yağın çok az olmamasına ve içinin iyi pişmesini sağlamak amacıyla hızlı kızartmamaya dikkat edin.

Palamut kızartmasında önemli olan, dışının gevrek, içinin yumuşak olmasıdır.

Sıcak servis edin.

Not: Palamut tava, kırmızı soğan piyazıyla birlikte sunulursa şahane olur. Palamut yaz ortalarından itibaren "çingene palamudu" adı verilen küçük palamutlar avlanmaya başlanır. Çingene palamudu en güzel bol zeytinyağında tavada veya zeytinyağlı pilaki olarak çok lezzetli olur. Sonbaharda avlanan palamut irileşir; ızgarası, tavaşı, fırını hazırlanır. Daha da irileşen palamut torik adıyla en güzel lakerda yapımında kullanılır.