



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SANA YAĞLI ALABALIK

4 adet alabalık
100 gr sana yağ
1 çay bardağı un
1 tatlı kaşığı tuz

4 adet Alabalığın içi temizlenir. Temizlenmiş Alabalıkların her birinin içi ve dışı tuzlanır,içine birer çorba kaşığı sana yağ koyulur.Geniş bir kabın içinde unlanır.Yaklaşık 50 gr sana yağ kızgın tavada eritilir.Yağ pembeleşmeye başlayınca unlanmış Alabalıklar tavaya dizilir,tavanın ağzı kapatılır.Balıkların her iki yanı yaklaşık 10'ar dk hafif ateşte pişirilir.Servis tabağına alınır. Eğer arzu edilirse yeşil sebzelerle servis tabağını süsleyebilirsiniz.

