



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SARDALYA

<https://www.ruhundoysun.com>

1 kg Sardalya (temizlenmiş, orta ve sırt kılçıkları çıkarılmış)
60 ml Zeytinyağı
1 adet Limon
Tuz, karabiber

Grundig fırını 260 derecede ızgara ayarına getir. Fırın telinin üzerine, birkaç delik açtığın yağlı kağıdı ser. Sardalyaları, derili kısımları üste gelecek şekilde kelebek biçiminde yağlı kağıda diz. Tuz, karabiber, zeytinyağı ve limon kabuğuyla tatlandır. Fırının en üst rafında 5 dakika pişir.

