



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARIAĞIZ TAVA

8 dilim sariağız filetosu
2 orba kaşığı un
1/2 bardak rafine yağı
4 parça limon (veya 4 çorba kaşığı limon suyu)
1/2 limonun suyu
1/4 tatlı kaşığı tuz
2 adet yumurta

Sariağızları bir kaba koyup limon suyu ve tuzu üzerlerine altüst ederek serpiniz. Yumurtayı ukur bir kaptaki irpınız. Balıkları evvel una, sonra yumurtaya bulayınız. Yağı tavaya koyup kızdırınız ve tavanın büyüklüğüne göre balıkları bir veya iki defada 2'şer dakika alt ve üstünü altın sarısı gibi kızartınız. Yağısız olarak, dantel kğıt üzerinde veya teyzide, limon ve maydanoz yaprağı ile servis yapınız.

Not: Sariağız bir Akdeniz balığıdır, sert etlidir.