



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ HAMSI (TRABZON)

Malzeme

1/2 Hamsi

4 domates

2 patates

4 soğan

1 demet pazı

4 arliston biber

1 demet maydanoz

sıvı yağ

1 bardak mısır unu

Tuz

Kuru nane.

Yapılışı

Patates dışındaki tüm sebzeler ince ince doğranıp. Patates rendelenir. Hazırlanan karışıma mısır unu ve temizlenmiş hamsi eklenir, tuz ve nane ilave edilerek, karıştırılır. Tepsiyi yağlayıp karışım tepsiye konarak fırında ya da plekide pişirilir.