



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOSLU HAMSI TAVA

<https://www.elele.com.tr>

1 kg hamsi
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz
Bir tutam rozmarin

Hamsilerinizi temizledikten sonra zeytinyağı, tuz, karabiber ve rozmarini ekleyip iyice yedirin. 20 dakika kadar bu karışımda bekletin. Ardından hamsileri iki ucundan çöp şişe geçirin ve iki taraflı olarak ızgarada pişirin. Yeşillikle servis edebilirsiniz.

