



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

USKUMRU IZGARA

12 adet iri uskumru
Az sıvı ayçiçek yağı
Tuz
Limon
Defne yaprağı

Balıkları ayıklayıp yıkayın. Ortasını çizin. Tuzu, yağı karıştırın ve balığa sürün. Izgarada veya teflon tavada öyle pişirin. Limonu da sıkın. Pişerken defne yaprağını ufalayın. Balık güzel kokar. Yanında kırmızı soğanla yiyin.
