



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVADA USKUMRU

1 adet iri uskumru
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Yarım tatlı kaşığı limon suyu
Yarım tatlı kaşığı kekik
Tuz

Uskumruyu ayıklayıp iki filetoya bölün. (Bunu balıkçınızdan da rica edebilirsiniz.)
Balıkları hafifçe tuzlayın.
Tavayı 1 yemek kaşığı zeytinyağı ile yağlayın.
Balıkları tavaya alıp orta ateşte önlü arkalı kızartın.
Sosu için zeytinyağı, limon suyu, kekik ve tuzu karıştırın.
Tavadan alıp servis tabağına aktardığınız balıkların üzerine kekikli sosu gezdirin.
Soğutmadan servis edin.

