

Hamsi Tava

Toplam 32 dk

Hazırlama 20 dk · Pişirme 12 dk

4 kişilik

Orta

~310 kcal

Açılış 18/10

Karadeniz tavalarda hamsi mısırınuna bulanır tek parça çevrilerek altın renkli pişer.

Malzemeler

- 800 gr Hamsi
- 120 gr Mısırınunu
- 1 tatlı kaşık Tuz
- 4 yemek kaşığı Sıvıyağ

Yapılı

- Hamsileri ayıklayıp kayma kağıt havluyla kurulayın.
- Mısırınunu ve tuzu geniş tabakta karıştırın.
- Hamsileri mısırınuna bulayın tavaya daire şeklinde dizin.
- Hamsilerin ilk yüzünü 6 dakika pişirin, balıklardağılımsı ye kabuk tutsun.
- Kapakla çevirip diğer yüzünü 6 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Hamsileri iyice kurulayın mısırınuna bulayın tavada daha çıtır olacaktır.

SERVİS ÖNERİSİ

Yanına roka, kırmızı soğan ve limon koyup servis edin.

Alerjenler

Deniz ürünleri