



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Anchoas de aves

Hamsi Kuşu



1 kg. de anchoa de gran tamaño  
2 tomates  
2 pimientos verdes largo  
1 cucharadita de sal  
1/2 cucharadita de pimienta negro  
1/2 cucharadita de pimienta roja triturodos  
2 huevos  
3/4 vaso de harina de maíz  
Aceite vegetal para freír

- # Gut las anchoas. Lavar con agua fría y desagüe.
- # Pelar los tomates, rodaja a pequeños trozos, limpiar las semillas de pimienta y luego rebanada en pedazos pequeños.
- # Ponga la mezcla de tomate y pimienta en un tazón, añadir sal, pimienta negro, rojo y triturado pimienta, mezclar bien.
- # Ponga la anchoa en la palma de su mano, abra la anchoa y frotar la mezcla en su parte interior, poner la otra anchoa en que para el cierre. Aquí está el pájaro!
- # Escudo de la anchoa de aves con harina de maíz, y luego echar mano azotada huevos. Repita esto para todas las aves.
- # Fry todas las aves de anchoa en aceite caliente y rojo. Tome y esperar un poco de toalla de papel para algunos su petróleo extra. Sirva caliente o tibia.

**Nota:** Aves de la anchoa es una de las comidas favoritas de la región del Mar Negro.