



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mûtevazî Lezzetler® Kochrezepte

---

## Eichel in der Pfanne

Palamut Tava



2 Eichel  
1 Teeglas Mehl  
1 ½ KL Salz  
Zum Braten:  
1 Glas Öl

- # Die Eichel säubern, waschen und das überschüssige Wasser auf einen Papiertuch nehmen. Zuerst der Länge nach und anschliessend der Breite nach jede Eichel in vier Stücke zuschneiden.
- # Alle Stücke zuerst einsalzen anschliessend in das Teeglas Mehl, das sich in einem flachen Teller befindet eindunkeln.
- # In einer Pfanne Öl erhitzen und beide Seiten der Eichel anbraten.
- # Mit Zwiebel, Petersilienblätter und Zitronenscheiben verzieren und zu Tisch bringen.

**Tipp:** Nach dem waschen müssen die Eichel gut getrocknet werden, denn ansonsten spritzt es sehr stark während dem Bratvorgang.