



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler  Mutluluklar Diler

HAMSİ KUŞU



1 Kg. iri hamsi
2 Adet domates
2 Adet sivri biber
1 Tatlı kaşığı tuz
Yarım tatlı kaşığı karabiber
Yarım tatlı kaşığı kırmızı pul biber
2 Adet yumurta
    eyrek su bardağı mısır unu
Kızartmak için sıvıyağ

- # Hamsilerin başı, kılçığı dahil çıkartılır, pisliğı temizlenir, yıkanır, bir süzgece konur suyu süzülür.
- # Domateslerin kabukları soyulur, çok ince kıyılır, biberlerin tohumları çıkartılır, çok ince kıyılır.
- # Hazırlanan domates ve biber bir karıştırma kabına konur, tuz, karabiber ve pul biber eklenir, iyice karıştırılır.
- # Suyu s z lm ş ve açılmış hamsi avuç ortasına konur, iç kısmına yeteri kadar domatesli harç sürülür, ikinci hamsi üzerine kapatılır.
- # Hamsi kuşu, önce mısır ununa bulanır, sonra çırpılmış yumurtaya batırılır. Bütün hamsiler bitene kadar bu işlem yapılır.
- # Bütün hamsi kuşları kızgın yağda kızartılır, kağıt havluya çıkarılır, ılık ya da sıcak olarak servis yapılır.

Not: Hamsi kuşu Karadeniz bölgesinin sevilen balık yemeğidir.