



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

TAVUK ŐİNİTSEL



2 Adet tavuk göğüs eti
1 Su bardađı galeta unu
1 ay bardađı un
2 Yumurta
Tuz, karabiber
Kızartmak için 3/4 su bardağı sıvı yağ

- # Öncelikle tavuk etleri tuzlanır, karabiberlenir.
- # Ayrı kaplara çırpılmış yumurta, galeta unu ve un konur.
- # Tuzlanıp, biberlenip tavuk göğüs etleri önce una, sonra yumurtaya en sonda galeta ununa batırılır.
- # Önceden kızdırılmış yağa bırakılır ve kızarana kadar pişirilir.
- # Kızaran Őinitse servise tabağına alınır.

Not: Süslemek isteniyorsa; limon dilimleri, haşlanmış yumurta ya da maydanoz dalları kullanarak sslenebilir.