



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANANAS SOSLU KİVİLİ TAVUK

2 yemek kaşığı tereyağı
8 adet tavuk göğsü
2 çay kaşığı tuz
150 gr ananas
200 gr kivi
200 gr parmesan peyniri
350 gr tam yağlı süt
2 yemek kaşığı elma sirkesi
1 yemek kaşığı sıvı yağ
Bir tutam maydanoz

Tavuk dilimlerini döverek inceltin.

Her birinin üzerine doğranmış kivi, 2 yemek kaşığı eritilmiş tereyağını ve peyniri koyup rulo yapın. Alüminyum folyoya sararak fırın kabına dizin.

150 gr doğranmış ananası, sirkeyi, tuzu, robottan geçmiş maydanozu ve sütü 1 yemek kaşığı sıvı yağda hafif pişirin. Tabakları ananas ve kivi dilimleriyle süsleyin. Tavuk ruloları tabaklara alın ve üzerine ananas sosunu gezdirdikten sonra servis yapın.

