



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

BAHARATLI TAVUK

2 adet tavuk göğsü
1 çorba kaşığı margarin
1 adet soğan
1 adet domates
1 adet dolmalık biber
1 adet defne yaprağı
Kırmızıbiber
1 çorba kaşığı un
Karabiber
Kekik
Köri
Tuz

Margarini tavaya alıp eritin ve tavukları kızartın. Tuz, karabiber, kırmızıbiber, kekik ve köriyi katın. Tavada kalan yağda ince kıyılmış soğanı, küçük doğranmış domates ve biberi soteleyin. Defne yaprağını elinizle ufalayıp tavaya katın. Yavaş yavaş unu ulave edip, bir iki kez çevirin. Sosu da tavukların yanına alıp servis yapın.
