



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

BEYAZ TAVUK

Yarım kg tavuk kuşbaşı
1 adet kuru soğan
5 çorba kaşığı sıvıyağ
1 çorba kaşığı soya sosu
1 su bardağı yoğurt
1 çorba kaşığı un
1 su bardağı su
1 tatlı kaşığı tuz

Tavuk eti yağda çevrilir. Suyunu bırakmaya başlayınca ince kıyılmış soğan katılır. Soğan yumuşamaya başlayınca soya sosu ve tuz eklenir. Bu arada yoğurt, ılık su ve un çırpılır. Pişmekte olan yemeğe eklenir. 10 dakika sonra ateşten alınır.