



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BEZELYELİ TAVUK GRATEN

2 adet tavuk göğsü  
1 su bardağı konserve bezelye  
1 adet soğan  
5 çorba kaşığı sıvıyağ  
Beşamel sos:  
2 su bardağı süt  
2 çorba kaşığı tereyağı  
2 çorba kaşığı un  
1 tatlı kaşığı tuz  
Üzeri için;  
1 su bardağı rende kaşar

Tavuk göğsü kuşbaşı doğranır. Tavaya yağ konur, ısınınca tavuk ve rende soğan atılır. Tavuk suyunu bırakınca konserve bezelye ve tuz eklenir. 5 dakika sonra ateşten alınır. Diğer yanda un ve yağ kavrulur, soğuk süt ve tuz katılır, muhallebi kıvamına gelene dek pişirilir. Tavuklu karışımın üzerine dökülür, karıştırılır. Yağlanmış bir fırın kabına aktarılır. Üzerine rende kaşar serpilir. 190 derece fırında kızarana kadar pişirilir.