DİYET TAVUK DÜRÜM

4 adet lavaş ekmeği
200 gram haşlanmış tavuk eti
Yarım demet taze soğan
4 dal dereotu
1 adet soğan
Zerdeçal, karabiber

Öncelikle haşlanmış tavuk etlerini bir kaba alın ve üzerine baharatları koyup harmanlayın. Yeşillikleri de içine ekleyip karıştırın. Hiç yağ koymadan da yapılabilir ya da 2 çorba kaşığı zeytinyağı içine gezdirip dürüme sarın.

© lezzetler.com tarif no:106033 • adı:Diyet Tavuk Dürüm • gönderen:demo • indirme tarihi:30.03.2024 - 11:30