



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA PİLİÇ ETİ SALATASI

Malzemeler:

2 su bardağı haşlanmış ve oda sıcaklığında soğutulmuş Amerikan Pirinci

500 gr. Kemiksiz ve derisi soyulmuş piliç göğüs eti

1/2 çay kaşığı tuz

1/2 çay kaşığı toz karabiber

1-1/2 su bardağı diagonal olarak doğranmış kabak

250 gr. Enginar içi (dondurulmuş, taze veya konserve)

200 gr. Bezelye

1 çay bardağı kırmızı biber

1 çay bardağı İtalyan salata sosu veya başka bir sos

1 çay kaşığı doğranmış fesleğen yaprağı

Marul yaprakları

Yapılışı:

Piliç etine tuz ve biber serpin. Piliç göğüs eti ile kabağı ızgarada pişirin veya kaynatın. Sonra bunları buzdolabında soğutun ve piliç etini 1,8 cm kalınlığında küp şeklinde doğrayın. Pirinç, et, kabak, enginar içi, bezelye ve kırmızı biberi geniş bir kaseye koyun. Fesleğen yaprağı ile salata sosunu ufak bir kap içinde kanştırın. Bunu salatanın üzerine döküp hafif kanştırın. Marul yaprakları üzerinde servis yapabilirsiniz.
