



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MEKSİKA USULÜ TAVUK

Yarım kg. minik doğranmış kuşbaşı tavuk  
2 yemek kaşığı zeytinyağı  
6-7 adet arpacık soğan  
1'er adet kırmızı ve sarı California biberi  
1 tatlı kaşığı soya sosu  
7-8 tane taze mantar  
1 avuç haşlanmış bezelye  
2 yemek kaşığı çiğ krema  
Çok az tuz  
1 tatlı kaşığı acı biber  
½ demet maydanoz

Tavuk, zeytinyağı, soğan 5-6 dk. tavada çevrilir. biber, mantar, soya sos, bezelye ve maydanoz ilave edilir. 5 dk. pişmesi beklenir. En son acı biber, tuz, krema ilave edilir. Ateşten alınır ve servis yapılır.

---