



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİLİÇLİ ÇİN BÖREĞİ

- 1 küçük paket Banvit Şerit Göğüs
- 1 çorba kaşığı soya sosu
- 2 çorba kaşığı su
- 2 adet taze soğan (ince kıyılmış)
- 100 gr mantar (ince dilimlenmiş)
- 150 gr soya filizi
- 1 çay kaşığı tozşeker
- Tuz, pul kırmızıbiber (arzu edilen miktarda)
- 2 adet yufka
- Sıvıyağ (kızartmak için)

Soya sosu ve suyu ısıtın. Etleri katıp 2-3 dak. karıştırarak soteleyin. Taze soğan, mantar ve soya filizini ilave edip karıştırarak 1-2 dak. daha soteleyin. Tozşeker, tuz ve kırmızı biberi katıp harmanlayın.

Yufkaları her biri 8 adet üçgenler olacak şekilde kesin.

Her bir üçgenin geniş kısmına iki çorba kaşığı hazırladığınız harçtan koyun. Yufkanın sağ ve sol kenarından birer cm'lik kısmı harcın üzerine katlayın ve yufkanın sivri ucuna doğru sıkı olmayacak şekilde sarın. (sigara böreği şeklinde)

Börekleri kızgın yağda pembeleşinceye kadar kızartın, havlu kağıt üzerine çıkartıp fazla yağlarını süzün. Sıcak servis yapın.

