



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

TAVUK KAVURMA

- 1 Yemek Kaşığı Sana Klasik Kase
- 1 Çay Kaşığı kırmızı pul biber
- 1 Çay Kaşığı Ucuyla karabiber
- 1 Çay Kaşığı tuz
- 1 Çay Kaşığı kimyon
- 2 Adet tavuk göğüs

Tavuklarımızı öncelikle bir tencere içerisinde haşlıyoruz.haşlama işlemi bittikten sonra kursun kalem kalınlığında didikliyoruz. Teflon tava içerisine tavukları ve yağ hariç bütün malzememizi alıp iyice karıştırıyoruz. Ocağa alıp sana yağımızı da ekleyip çok hafif pembeleşene kadar kavuruyoruz.istersek pirinç yada bulgur pilavı üzerine dökerek. İstersek ekmek içerisine domates ile birlikte sandviç olarak hazırlayıp yiyoruz.