



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AKDENİZ USULÜ DOLGULU TAVUK

4 parça AYTAÇ ÇİFTLİK PİLİÇ Tabaklı Piliç Sırsız Göğüs

100 g ufalanmış beyaz peynir

4 yemek kaşığı kıyılmış ıspanak

3 yemek kaşığı zeytinyağı

Tuz ve çekilmiş tane karabiber

400 g küp doğranmış domates

2 adet küçük boy soğan (küçük doğranmış)

2 diş sarımsak (ince kıyılmış)

1.5 su bardağı tavuk suyu

2 adet defne yaprağı (ince kıyılmış)

1 Sosu için; küp doğranmış domatesleri, soğanı, sarımsağı, defne yaprağını ve tavuk suyunu bir sos tenceresinde karıştırarak kaynatın. Tuz ve karabiber serpin, karıştırın ve bir kenara alın.

2 Beyaz peyniri ve ıspanağı bir kasede karıştırın.

3 AYTAÇ ÇİFTLİK PİLİÇ Tabaklı Piliç Sırsız Göğüs 2'leri enine cep şeklinde kesin ve peynir karışımını içlerine doldurun. Kenarlarını kürdan ile tutturun. Tuz ve çekilmiş tane karabiber ile lezzetlendirin.

4 Zeytinyağını ızgara tavaında ısıtın ve etleri önlü arkalı kızarıncaya kadar pişirin.

5 AYTAÇ ÇİFTLİK PİLİÇ Tabaklı Piliç Sırsız Göğüs 2'leri servis tabağına alın. Domates sos ile servis edin.

