



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALLI SUSAMLI TAVUK

- 1 adet tavuk göğsü
- 1 yemek kaşığı susam yağı
- 1 yemek kaşığı soya sosu
- 1 yemek kaşığı bal
- 1 çay kaşığı kadar karabiber
- Yarım çay kaşığı tuz
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı

Tavuk göğsünü jülyen şeklinde kesin.

Bir kaseğin içine de soya sosu, susam yağı, bal, karabiber, tuz ve zeytinyağını koyup karıştırın.

Arından tüm tavukları sosun içine koyup marine edin. Hatta bir gün bu sosta bekletin.

Bir derin tavanın içine bir yemek kaşığı kadar zeytinyağı koyun.

Karışımı içine dökün ve suyu çekene kadar pişirin.

Suyu çekilince ocaktan alıp tabağa koyun.

