



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALLI VE HARDALLI TAVUK PARÇALARI

1 yemek kaşığı Dijon hardalı
1 yemek kaşığı bal
1 yumurta
100 gr un
2 tavuk göğsü
Tuz
Karabiber

1- Yumurtayı çırpın, balı ve hardalı ekleyin, ardından un ve çeşnileri katın.
2- Tavuk göğüslerini küpler halinde doğrayın, karışıma ekleyin ve tamamen kaplandıklarından emin olun.
3- Malzemeleri fritöze yerleştirin ve 180°C ısıda kızartın.

İpucu: Eğer balınız yoksa şeker de kullanabilirsiniz. Başlangıç olarak veya yeşil salata ile servis edin.

[ML® Hardallı Tavuk için tıklayın](#)

[ML® Hardallı Tavuk Videosu](#)
