



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BEĞENDİLİ TAVUK

Malzeme:

1 adet tavuk göğüs eti
1 kavanoz közlenmiş patlıcan
1 çorba kaşığı Bizim Mutfak Margarin
2 çorba kaşığı Bizim Mutfak Un
500 gram süt
1 diş sarımsak
muskat rendesi
Tuz, karabiber
hazır barbekü sos
Bizim Mutfak Mısırozü Yağı

Tavuk göğüs etlerini yıkayıp, temizleyin ve eşit parçalara bölün. Barbekü sosu derin bir kaba alın ve tavukları marine edilmek için sosa yatırın. Beğendi için margarini bir kapta eritin. Unu ilave edin ve karıştırın. Sütü ekleyip kıvam alana kadar karıştırmaya devam edin. Hazır közlenmiş patlıcanı, tuz, karabiber, rende muskat ve doğranmış sarımsakla birlikte ilave edin. Kaynama noktasına gelince ocaktan alın. Tavukları marinasyondan alın ve yapışmaz yüzeyli tavada sıvıyağ ile pişirin. Beğendi ile tavukları tabağa alarak servis yapın.