



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEYAZ SOSLU TAVUK HAŞLAMA

400 gram tavuk göğüs eti

1 adet soğan

1 adet havuç

2 adet defne yaprağı

2 çorba kaşığı zeytinyağı

3 çorba kaşığı yoğurt

Tencereye 1 su bardağı su koyup kaynatın. Tavuk etini kuş başı şeklinde doğrayın. Kaynayan suya katın. Üzerine irice doğranmış soğanı, havucu ve 2 adet defne yaprağını koyup 15 dakika haşlayın. Haşlanan tavuk etini sıcakken yoğurt ve zeytinyağı ile beraber harmanlayıp istediğiniz baharatı ekleyerek sıcak servis yapın.