



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİBERLİ ŞİNİTZEL

2 adet tavuk göğüs fileto
Yarım su bardağı un
Yarım su bardağı galeta unu
2 adet yumurta
1 adet kırmızı dolmalık biber
1 adet yeşil dolmalık biber
1 adet sarı dolmalık biber
Yeteri kadar kekik pul biberi karabiber köri
Kızartmak için sıvı yağ
Yeteri kadar tuz

Biberleri temizleyip çok ince parçalar halinde kıyın. Baharat ve galeta unuyla harmanlayın. Etlerin her iki tarafına tuz serpin. Unlayıp silkeleyin. Yumurtaları iyice çırpın. Unladığınız tavuk göğüs etlerinin her iki tarafını yumurtaya bulayın. En son olarak önceden hazırlanmış biberli galeta unlu karışıma bulayın. Sıvı yağı kızdırın. Etlerin her iki tarafını da kızartıp sıcak olarak servise sunun.