



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇERKEZ TAVUĞU

İlkay Öztürk

3 Adet Tavuk Göğsü

1 Adet Soğan

2 Diş Sarımsak

Sosu için:

1 Çay Bardağı Ceviz içi

2/3 Diş Sarımsak

4 Dilim Bayat ekmek içi

1 Su Bardağı Tavuk Suyu

1 Çay Kaşığı Karabiber

1 Çay Kaşığı Kırmızıbiber

2 Çay Kaşığı Tuz

2 Çorba Kaşığı Zeytinyağı

Tavuk göğüslerini, soyulup ikiye bölünmüş soğanı ve bütün haldeki 2 diş sarımsağı su dolu tencerede 30 dakika haşlayalım. Ardından tavukları kenara alıp ılınmaya alalım. Bu arada zeytinyağı hariç, sos için gerekli olan bütün malzemeyi robotta pürüzsüz olana dek çekelim. İlinan tavuk göğüslerini didikleyelim. Derin bir kaptaki didiklediğimiz tavuklarla sosu iyice karıştırıp servis tabağına alalım. Üzerine zeytinyağı gezdirelim. Dilersek ceviz ve maydanozla süsleyebiliriz.