



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇITIR TAVUK

400 gr tavuk göğsü

1 kase yoğurt

2 diş sarımsak

tuz

nane

pul biber

Tavukları küp küp doğrayalım, bir kenarda bekletelim. Yoğurda 2 diş sarımsağı ezip tuzla birlikte ekleyelim. Nane ve pul biberi de ekleyip iyice çırpalım. Tavukları bu karışımın içine atıp yarım saat bekletelim. Bekleyen tavukları karışımın içinden çıkarıp fritöze atıp kızartalım çıtır çıtır olunca servise hazır.
