



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ TAVUK GÖĞSÜ

4 tavuk göğsü
15 gr. pul biber
60 gr. kurutulmuş domates
40 gr. salça
50 gr. galeta unu
250 gr. patlıcan
500 gr. orta boy domates
100 gr. soğan
30 ml. zeytinyağı
80 gr. roka
Karabiber

Tavukları tuz, biber ve pulbiberle karıştırın. Derileri alta gelecek şekilde fırın tepsisine dizin. 200 derece ısıtılmış fırında 10 dakika kızartın. Kurutulmuş domatesleri küçük doğrayın ve salça, soğuk su, galeta unu, tuz ve biberle karıştırın. Patlıcanları uzunlamasına ikiye bölün. 1 santimlik dilimlere doğrayın. Soğan ve patlıcanı sıcak yağda kavurup 100 ml. su ekleyin. Orta ateşte 6-8 dakika pişirin. Domatesleri katıp 3 dakika pişirin, tuz, karabiber serpin. Tavukları fırından çıkarın derili kısımlarına hazırladığınız salçadan sürün, 5 dakika daha kızartın. Rokaları patlıcanla karıştırın. Tavukları dilimlere kesin, sebzelerle berabersüsleyerek servis yapın.

[ML® Domatesli Tavuk için tıklayın](#)