



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FIRINDA TAVUK LOKUM

4 adet tavuk göğsü  
2 adet yumurta  
1 su bardağı rende kaşar  
1 su bardağı süt  
1 tatlı kaşığı tuz  
Yarım tatlı kaşığı karabiber  
3 çorba kaşığı sıvıyağ  
1 çorba kaşığı un

Tavuk göğüsleri enine kesilir, et dövücüyle döverek inceltir. Yağlanmış fırın kabına yan yana, hatta biraz birbirlerine bindirerek yerleştirilir. Üzerlerine tuz ve karabiber serpilir. Çukur bir kaba yumurtalar kırılır, az tuz ilavesiyle çırpılır. Üzerine un, süt, rende kaşar eklenir, biraz daha çırpılır. Tavuk parçalarının üzerine gezdirilir. 180 derece fırında yarım saat kadar pişirilir.