



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FISTIKLI TAVUK KIZARTMASI

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

750 Gram Tavuk Göğsü
2 Adet Yumurta
Yarım Su Bardağı Un
Yarım Su Bardağı Galeta Unu
1 Su Bardağı Antepfıstığı
Tuz
Karabiber
Sıvıyağ (Kızartmak İçin)

Tavuk etini eşit üçgenlere kesin. Galeta ununu antepfıstığı ile harmanlayın. Yumurtaları başka bir kaptaki tuz ve karabiberle çırpın. Tavuk etlerini sırasıyla un, yumurta ve galeta unlu karışıma bulayın. Yağı tavada kızdırıp etleri iki taraflı kızartın. Kağıt havlu üzerine alıp fazla yağını çekirin. Servis yapın.

