



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HARDAL SOSLU TAVUK SALATASI

- 1 Adet Tavuk Göğsü
- 1 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- 1 Çay Kaşığı Kekik
- 5 Yaprak Akdeniz Yeşilliği
- 5 Yaprak Marul
- 1/2 Çay Kaşığı Tuz
- 1/2 Çay Kaşığı Karabiber
- 5 Adet Kiraz Domates
- Sos İçin:
- 4 Yaprak Fesleğen
- 1 Çorba Kaşığı Zeytinyağı
- 1 Çorba Kaşığı Limon Suyu
- 1/4 Çay Kaşığı Tuz
- 1/2 Çay Kaşığı Toz Şeker
- 1 Çorba Kaşığı Hardal
- 1 Çorba Kaşığı Sirke
- 1/4 Çay Kaşığı Karabiber
- 1/2 Çay Kaşığı Şeker

Tavuk göğsünü şeritler halinde keselim. Tuz, karabiber, kekik ve zeytinyağıyla harmanlayalım. Tavuğu tavaya alıp 10-15 dakika kadar soteleyelim, soğumaya bırakalım. Bu arada fesleğen sosunu hazırlayalım. Fesleğen yapraklarını mikserde çekelim. Limon suyunu, zeytinyağını, tuzu ve şekerini ilave edip biraz daha karıştıralım. Akdeniz yeşilliğini ve marul yapraklarını iyice yıkayıp küçük parçalara bölelim ve fesleğen sosuyla karıştıralım. Yeşillikleri servis tabağına alalım. Üzerine dilimlenmiş tavuk göğsünü koyalım. Hardal sosun malzemelerini karıştırıp salatanın üzerinde gezdirelim. Kiraz domateslerle süsleyip servis edelim.