



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAŞLAMA TAVUK VE PATATES

400 gram tavuk göğüs eti
10 adet küçük boy taze patates
2 dal biberiye
5 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber
2 defneyaprağı
1 soğan

Tavuk etlerini bir tencereye alın. Üzerine su ve defneyaprağını ekleyin. Soğanı hiç doğramadan içine ilave edip karabiber tuz serpip kapağını kapatın ve 20 dakika kadar haşlayın. Yıkanmış patatesleri bir tencereye alıp üzerine az miktarda su ekleyin ve kapağını kapatıp kısık ateşte pişmeye bırakın. Patatesi soğuk suda haşlamak daha doğru bir yöntemdir unutmayın. Bazen hemen olsun diye sıcak su dökeriz üzerine bu doğru değil. Diri kalmadan dağılarak pişer ve lezzetsiz olur. Servis yaparken haşlanan tavuk etlerini irice doğrayın. Patateslerin üzerine ekleyip servis yapın.