



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAŞLANMIŞ TAVUKLU SANDVIÇ

- 4 parça tavuk göğsü (haşlanmış)
- 1 yemek kaşığı mayonez (yerine süzme yoğurt koyabilirsiniz.)
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1/2 demet maydanoz
- 4 adet kepekli tost ekmeği
- 2 adet marul yaprağı
- 1 adet domates

Tavukları haşlayın.

Haşlanan tavukları didikleyin.

Bir kabin içine haşlanmış ve didiklenmiş tavuk parçalarını ilave edin.

Mayonez veya süzme yoğurt ekleyin. Karabiber, tuz ve ince kıyılmış maydanozları da ilave edin.

Kaşık yardımı ile iyice karıştırın.

Tost ekmeklerini ısıtın. Marul ve domateslerle süsleyin en son haşlanmış tavukları ilave edin.

Not: Haşlanmış tavukları didikledikten sonra iyice suyunu süzmek, karışımın sulanmasını önler.

