



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HİNT USULÜ TAVUKLU SANDVIÇ

1 adet küp küp doğranmış patlıcan
3 orba kaşığı mısırözü yağı
500 gr. tavuk eti
1 adet kırmızı dolma biberi
2 adet soğan
2 diş sarımsak
Sandviç ekmeği
50 gr. tereyağı
2 adet domates
taze zencefil
1 ay kaşığı toz kimyon
1 ay kaşığı toz kişniş
yarım çay kaşığı toz kırmızı biber
yarım çay kaşığı toz tarçın
3 orba kaşığı yoğurt
tuz

Patlıcanı 1 tatlı kaşığı tuzla birlikte 30 dakika bir kapta tutun, suyunu s z n, iyice durulayın, yağın yarısını bir tavada ısıtın, tavuğu ekleyin ve çok kısa karıştırarak pişirin. Tavuğu tavadan çıkarın, bir kenarda bekletin. Tavaya yağın kalan yarısını ekleyin, patlıcan, biber, soğan ve sarımsağı baharatla birlikte 3 dakika karıştırarak kızartın. Tavay yoğurdu, tavuğu ve kalan tuzu, 3 çorba kaşığı soğuk suyla birlikte ekleyin, kapağını kapatarak 10 dakika pişirin, arada bir karıştırın. Ekmekleri yağlayın, 2 veya 3 parçaya b l n. Domatesleri dilimleyin, tavadaki tavuklu karışıma katın.

[ML® Sandviç için tıklayın](#)