



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## JÖLELİ SEBZELİ TAVUK

- 3 adet yaprak jöle
- 1 demet pazı
- 500 gram tavuk eti
- 1 soğan
- 3 adet taze soğan
- 3 diş sarımsak
- 1 çay bardağı haşlanmış bezelye
- 1 çorba kaşığı tereyağı

Jelatinin üzerine soğuk su döküp çözülmesini sağlayın. Pazıları çok iyi yıkayın. Sap kısımlarını ayırıp bir kenarda bekletin. Yapraklarını ince ince kıyın. Tencerede tereyağını eritip içine iri doğranmış soğanı ve tavuk etini ekleyip 10 dakika kavurun. Ezilmiş sarımsakları ve doğranmış pazı saplarını da içine ekleyip 10 dakika daha pişirin. Bu arada içine pazı yapraklarını ekleyip tuz, baharatını ve haşlanmış bezelyeyi ilave ederek kapağını kapatın. 5 dakika daha piştikten sonra derin bir kabın içine aktarın. Üzerine suda eritilmiş ve 1 su bardağı sıcak su eklenmiş jelatini ekleyip soğumaya bırakın. Servis tabağına ters çevirip üzerini süsleyin ve servis yapın.