



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAGITTA TAVUK GÖĞSÜ

MALZEMELER

6 adet tavuk göğsü (kemigi ve derisi çıkarılmış)
2 yemek kasigi limon suyu
3 yemek kasigi tereyağı
2 yemek kasigi un
1 bardak tavuk suyu
1 yumurta sarisi
Tuz-karabiberbir
fiske tarçınbir
fiske hindistancevizi
150 gr kiyilmiş mantar
1 tatli kasigi kiyilmiş soğan

YAPILIŞ TARİFİ

Tavuk etlerini limon suyuyla karistirip 15 dakika dinlendirin. Orta boy tavada 1 kasik yag eritin. Tavuk göğüslerini içine atip her iki yüzlerini çevirerek sekizer dakika kizartin.

Küçük bir tencerede 1 kasik yagi eritin. Un katip tahta kasikla 2 dakika karistirin. Atesten alip içine azar azar tavuk suyunu yedirin. Tekrar atese koyun, kaynamaya baslarken çirpilmis yumurtayi katin; sos kati hale gelene dek karistirmaya devam edin. Atesten indirin. Tuz, karabiber ve diger baharatla kiyilmiş mantar ve soğanı da kremaya karistirin.

Tavuk etlerini saracak büyüklükte 6 adet alüminyum folyo kesin ve içlerini eritilmiş yagla yaglayin. Tavuklari yerlestirin ve üzerilerine sosu bölüştürün. Folyoyu üzerine sararak 6 küçük paket hazirlayin. Sonra da firin tepsisine siralayip 30-40 dakika firinda pisirin.