



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KOLAY TAVUKLU BÖREK İÇİ

Tavuk iğken derisini yüzüp etlerini kemiklerinden ayırmak lazımdır. Etleri bundan sonra ateşte kaynayan sıcak su içine atarak yumuşayınca kadar haşlamalı, deriden başka bütün etleri kıydıktan sonra tavada önce çentilmiş soğan kavrulup sonra etler atılıp beraberce kavrulmalıdır.

Not: Aynı şekilde hindili iç de hazırlanabilir.
