



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY TAVUKLU BÖREK

1 tavuk göğsü
1 yumurta
4 yufka
Yeterince galeta unu

Tavukları haşlayıp didikleyiniz. biraz tuz ve karabiber ilave ediniz. yufkaları dörde bölünüz.Üçgenlerin kalın kenarına tavuk karışımını ilave edip geniş sigara böreği şeklinde sarınız. Önce yumurtaya sonra galeta ununa bulayıp yağda kızartınız.