



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖRİ SOSLU TAVUK (DİYET)

MALZEME

600 gram tavuk göğsü

1 adet soğan (ince doğranmış)

Yarım kg mantar

1 çorba kaşığı margarin

Sos için:

1 çorba kaşığı margarin

1 çay bardağı süt

1 su bardağı un

1 tatlı kaşığı köri

1 Soğan ince ince yemeklik doğrayalım. 1 çorba kaşığı margarini tavaya alalım ve soğanları pembeleştirelim.

Mantarları nemli bir bezle temizleyelim. Ve ince ince doğ-rayalım. Soğanlara mantarları ilave edelim. Mantarlar yumuşayana dek sote edelim. Küçük şeritler halinde kestiğimiz tavuk göğsünü de ilave edelim.

2 Sos için; tavaya margarini alalım. Unu ilave ederek kavuralım. Un sarardıktan sonra sütü azar azar ekleyelim. Muhallebi kıvamına geldikten sonra ateşten alıp, içine tuzu, köriyi ilave edelim.

3 Tavuğun üzerine körili sostan dökerek servis yapalım (yemeği çiğ krema ile de yapabilirsiniz).
