



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LAVAŞTA SOSLU TAVUK DÜRÜM

4 adet lavaş dürüm
300 gr. tavuk fileto
1 adet domates
1 adet avokado
Taze fesleğen yaprakları
150 gr. peynir
Karabiber
Tuz
Mayonezli sarımsak sosu için
Yarım su bardağı yoğurt
1 yemek kaşığı hardal
1 tatlı kaşığı mayonez
1 diş sarımsak
Karabiber
Tuz

Birkaç dakika zeytinyağı ile bir tavada şeritler halinde kestiğiniz tavukları her iki tarafıda çıtır olacak şekilde soteleyin. Tuz ve karabiber ile tatlandırın.

Bir kap içerisin de domatesleri dilimleyin. Aynı şekilde avakadoları dilimleyin. Kasenin içine peyniri de rendeleyin. Mayonezli sarımsak sosunu hazırlamak için bir kasede tüm malzemeleri karıştırın.

Bir lavaş ekmeğini alın ve bir tabağa yerleştirin. Tüm yüzey üzerine sosu fırça ile sürün.

Domates dilimlerini ve avakadoları yerleştirin. Tavuk etlerini sıralayın. En son fesleğen ve peynir rendesi ilave edip dürüm haline getirin.

Mikrodalgada 2 dk. ısıtıp hemen servis edin.

