



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LİMONLU SOĞANLI TAVUK

1 su bardağı su
2 diş sarımsak
4 adet tavuk göğüs fletosu
1,5 yemek kaşığı limon suyu
6 adet yeşil soğan

Sarımsakları ayıklayıp dövün, 1 su bardağı suyla birlikte bir tavaya alın, ikisini birlikte kaynatın, kaynamaya başlayınca tavuğu bölmeden bu malzemeye ilave edin. Ateşin altını kısın. Tavuk yumuşayana dek iyice pişirin. Daha sonra tavuk etini tavadan alın. Bir servis tabağına koyun. Tavaya limon suyu ilave edin. karışımın yarısı buharlaşana kadar kaynatın. Bir kapta soğanları ince doğrayın, tavaya ilave edin, biraz pişirip tavuğun üzerine sıcak sıcak dökerek servis yapın.