



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LİMONLU TAVUKLU SALATA

<https://www.elele.com.tr>

4 tavuk göğüs eti
10 marul yaprağı
1 salatalık
2 domates
1 kırmızı soğan
1 avokado
80 g siyah zeytin
Limon suyu
Sosu için:
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 limon
2 yemek kaşığı su
2 yemek kaşığı sirke
2 yemek kaşığı maydanoz
2 çay kaşığı fesleğen
2 çay kaşığı sarımsak
1 çay kaşığı kekik
Tuz
Pul biber

Tüm sos malzemelerini bir kaba alıp karıştırın. Yarısını ayrı bir kaba koyup buzdolabında bekletin. Kalan sosa jülyen kesilmiş tavuk etlerini ekleyip 20 dakika marine edin. Tüm salata malzemelerini doğrayıp geniş bir kaba alın ve karıştırın. Zeytinyağını bir tavaya alıp, marine ettiğiniz tavuk etlerini soteleyerek pişirin. Üzerine buzdolabında beklettiğiniz sosu gezdirin ve servis yapın.

