



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

---

## MANTAR MÜCVERLİ SEBZELİ PİLİÇ GÖĞSÜ

### Malzemeler

- 1 adet piliç göğsü
- 80 gr. mantar
- 20 gr. Bizim Mutfak Un
- 30 gr. renkli biber
- 1 diş sarımsak
- 40 gr. havuç
- 40 gr. kabak
- 1 adet soğan
- 50 gr. Bizim Ayçiçek Yağı
- 100 gr. İçim Süt
- 10 gr. fesleğen
- 20 gr. Bizim Mutfak Nişasta

### Hazırlanışı

Mantarlar ufak şekilde doğranır. Un, yumurta ve mantar ayçiçek yağı karıştırılarak tavada kızartılır. Sarımsak, soğan, renkli biberler, havuç ve kabak kibrit çöpü uzunluğunda doğranıp, hep beraber sotelenir. Piliç göğsü bıçakla ortadan ikiye kesilip inceltir. (İki parça tamamen birbirinden ayrılmaz) Sotelenen sebzeler tavuğun içerisine doldurularak, kürdanla tutturulup tavada kızartılır. Süt kaynatılır. Nişasta su ile ezilir. Fesleğenler ufak şekilde doğranır. Kaynayan sütün içerisine nişasta ilave edilir ve doğranmış fesleğenlerle tatlandırılıp, sos haline gelinceye dek kaynatılır. Tavuklar bir tabağa alınarak sos ile birlikte servis yapılır.