



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MANTARLI IZGARA TAVUK

2 adet tavuk göğsü  
10 adet kültür mantarı  
1/2 demet maydanoz  
1 çay kaşığı tuz  
1 çay kaşığı karabiber  
1 yemek kaşığı tereyağı  
2 diş sarımsak  
1/2 şişe soda

Tavuk göğüslerini 2 parçaya bölün.

Göğüsleri zeytinyağı, sarımsak, soda, tuz ve karabiberle marine edin.

Izgarayı ısıtın ve tavukların iki yüzünü de iyice pişirin.

Başka bir tavada tereyağını eritin, mantarları soteleyin. Sotelenen ve suyunu salan mantarlara tavukları ilave edip lezzetlerini karıştırın.

Maydanozu ince ince kıyıp tavuk ve mantarlara ilave edin ve son bir kez çevirip, tavayı ocaktan alın.

Not: Soda, tavuğun sertliğini alıp, kuru bir tavuk göğsü yemenize engel olacaktır.

