



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTARLI TAVUK SARMA

4 adet kemiksiz tavuk göğsü
100 gr konserve mantar
100 gr kaşar peyniri
1/2 demet maydonoz
3 diş sarımsak
1 su bardağı galeta unu
Tuz
Karabiber
Sıvı yağ

Tavuk göğüslerini tam olarak ikiye ayırmadan ortasından enine kesin. Tuz ve karabiber serpin. mantarları ince, kaşar peynirini küçük küp şeklinde doğrayın. Galeta ununu, maydonoz ve sarımsağı robotta iyice çekin. Geniş bir tabağa alın. Tavukların içini mantar ve kaşar peyniri ile doldurun. Yan kenarlarını hafifce kapatıp rulo şeklinde sarın. Mantarlı tavuk sarmaları galeta unlu karışıma bulayın. Tavaya biraz sıvıyağ koyup kızdırın. Tavukların iki tarafı da altın sarısı kızartın. Mantarlı tavuk sarmayı yanında istediğiniz bir garnitür ile servis yapın.