



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MİLFÖYDE İSPANAKLI TAVUK PİRZOLA

<https://migros.com.tr>

4 adet tavuk pirzola
Yarım kg. ıspanak
4 yaprak milföy
1 adet yumurta
1 adet kuru soğan
1 çay kaşığı pul biber
2 yemek kaşığı pul biber
2 yemek kaşığı dolmalık fıstık
1 çay kaşığı çörekotu
4 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber

1. Tavukları tuz ve karabiberle lezzetlendirin.
2. Daha sonra soğanı piyazlık doğrayın, ıspanakları doğramayın.
3. Tavaya yağı koyun ve soğanları kavurun, daha sonra ıspanakları da ekleyip kavurun.
4. Kenara alın içerisine dolmalık fıstıkları ve pul biberi ekleyin.
5. Tavuk pirzolayı alın ve üzerine ıspanaklı içi ekleyerek milföye sarın ve fırın tepsinde koyun.
6. Diğerlerini de aynı şekilde sardıktan sonra üzerlerine yumurta sürüp çörek otu serpin ve 190 derecede üzerleri tamamen kızarana kadar pişirin.

