



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MISIRLI TAVUK GÖĞSÜ

4 adet tavuğun göğüs eti  
2 adet soğan  
2 adet domates  
2 adet sivri biber  
4 diş sarımsak  
Yarım bardak mısırözü yağı  
Tuz  
Karabiber  
Taze nane  
1 bardak haşlanmış mısır tanesi

Tavukların kemiklerin ayırın. Az yağ ve tuzla karıştırarak teflon tavada pişirin ve tepsiye boşaltın. Aynı tavada soğanları ufak ufak doğrayıp kavurun. Domatesleri soyun, biberi doğrayın. Sarmısağı da soğana katın ve 15 dakika kaynatın. Mısırı da ilave edip 10 dakika daha kaynatarak üzerine dökün. Sıcak servis yapın.

---