



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NİŞASTALI ÇITIR TAVUK

4 dilim tavuk göğsü
1 yemek kaşığı köri
1 yemek kaşığı tam buğday unu
1 adet yumurta
3 yemek kaşığı mısır nişastası
Tuz
Servis ederken limon

Tavukları şerit şerit doğruyoruz, tuz ve köri ile karıştırıp bekletiyoruz. Yumurtaları çırpıyoruz. Tavukları önce una, sonra çırpılmış yumurtaya, ardından pirinç ununa buluyoruz. Yağlı kağıt serilmiş bir fırın tepsisine diziyoruz ve önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında çıtır çıtır olana dek pişiriyoruz. Çıkartınca üzerine limon sıkıp servis ediyoruz.