



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PAPAYA KARPAÇYOLU TAVUK GÖĞSÜ

<http://www.verita.com.tr>

Çekirdekleri çıkarılmış ve incecik dilimlenmiş 1 adet Verita Yemeye Hazır Papaya

1 tatlı kaşığı Verita Lime'in suyu

İnce ince dilimlenmiş bir adet salatalık

1 adet tavuk göğsü

2 çay kaşığı soya sosu

2 çay kaşığı bal

Pul biber

2 çay kaşığı yer fıstığı

Tuz

Karabiber

Fırını 180 derecede ısıtın. Tavuk göğsünü zeytinyağı ile ovalayın, tuz ve karabiber serpin. Tavuğun iki yanını da ikişer dakika bir tavada soteleyin. Tavuğu fırına alıp 8 dakika daha pişirin. Tavuk dinlenirken ayrı bir kasede Verita Lime'in suyu, soya sosu ve balı karıştırın. Verita Yemeye Hazır Papaya ve salatalık dilimlerini ekleyin. Soslanan papaya ve salatalık dilimlerini tabağa alın. Kalınca dilimlediğiniz tavuk dilimlerini salatanın üzerine yerleştirin. Kırmızı pul biber ve yer fıstıklarını serpiştirin. Kalan sosu üzerinde gezdirin.

