



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PARMAK TAVUK

<https://www.sabah.com.tr>

4 dilim tavuk göğsü
1 yemek kaşığı köri
1 yemek kaşığı tam buğday unu
1 adet yumurta
3 yemek kaşığı nişasta
Tuz
Servis için:
Limon

Tavukları şerit şerit doğruyoruz, tuz ve köri ile karıştırıp bekletiyoruz. Yumurtaları çırpıyoruz. Tavukları önce una, sonra çırpılmış yumurtaya, ardından nişastaya 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.