



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PASTIRMALI TAVUK SARMA

500 gram tavuk göğüs eti  
1 patates  
1 kırmızı soğan  
1 limon  
1 çay bardağı zeytinyağı  
100 gram pastırma  
10 zeytin  
3 dal taze soğan

Pastırmaları tavuk göğüslerinin üzerine yerleştirin, rulo yapıp ipe bağlayın. Tavada zeytinyağıyla 10 dakika çevirerek her tarafını kızartın. 20 dakika kadar fırında pişirin. Patatesleri kabuklarıyla haşlayın, soyup irice doğrayın. Kırmızı ve taze soğanı keserek üzerine ekleyin. Patatesli soğanlı karışımı tabağa alıp üzerine de fırından çıkardığınız pastırmalı tavukları yerleştirip servis yapın.