



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK SCHNITZEL

1 kg Tavuk Göğsü Fileto
4 Adet Yumurta
1.5 Su Bardağı Galeta Unu
İsteğe Bağlı Tuz
İsteğe Bağlı Kızartmak İçin Sıvıyağ
İsteğe Bağlı Karabiber
1 Adet Kırmızı Biber
1 Adet Sarı Biber

Etlerin her yerine tuz ve karabiber serpelim. Un ve galeta ununu ayrı tabaklara alıp yumurtaları çırpalım. Etleri ilk önce una, sonra yumurtaya ve en son olarak galeta ununa bulayalım. Etler kızarana dek az miktar sıvı yağda kızartalım. Etlerin içinin çiğ kalmaması için, sıvı yağın çok kızgın olmamasına dikkat edelim. Pişmiş etlerin yağını çekdirmek için kâğıt havlu üzerine alalım. Biberleri kibrit çöpü doğradıktan sonra soteleyip birlikte servis edelim.
