



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PİLİÇ PARMAK

1 paket orta boy Ruffles Originals
4 adet Piliç göğüs fileto (parmak şeklinde kesilmiş)
Salsa sos (servis için)
2 çorba kaşığı Sıvı yağ
Tuz

Rufflesları bir blendera koyarak diri un haline getirin.
Piliç göğüslerini çöp şişlere (s) şeklinde saplayın.
Dışlarını tuzlayıp yağlayın ve çekilmiş Ruffleslara bulayın.
180 derece ısıtılmış fırında renk alıncaya kadar pişirin.
Salsa sos ile birlikte servis yapın.

Salsa sosun hazırlanışı:
Ketçapın içine arzu ettiğiniz miktarda ince doğranmış soğan acıso, şeker ve sirke katarak iyice karıştırın.