



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PORTAKALLI VE BADEMLİ TAVUK

25 gr sanayagi  
10 adet tavuk göğsü  
2 adet portakalın suyu  
1 avuç badem  
1 yemek kaşığı portakal rendesi

Tavaya tereyağı konur.  
Una bulanmış tavuk göğüsleri tavada sotelenir.  
Sonra portakal suyu, biraz portakal kabuğu rendesi ve bademler ilave edilir.  
Biraz daha sotelenerek sıcak servis edilir.

