



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SEBZELİ TAVUK

2 adet tavuk göğsü yada budu

1 adet kabak

1 adet havuç

1 adet patates

1 adet soğan

1 çorba kaşığı sıvıyağ

Tencereye tavuk göğsünü yada butları alın. Üzerine soyulmuş soğan, patates havuç ve kabağı bütün halde koyun. Çok az su ilave edip pişirin. Pişen sebzeleri dilediğiniz biçimde kesin. Tavay sıvıyağ koyun, tavuk etini hafifçe kızartın, servis tabağına alıp sebzelerle birlikte servis yapın.

[ML® Fasulyeli Tavuk Güveci için tıklayın](#)