



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SEBZELİ TAVUKLU ŞEHRIYE

2 havuç  
1 patates  
200 gr tavuk göğsü  
Göz kararı salça  
1 su bardağı şehriye  
İsteğe göre sevilen baharatlar  
Göz kararı su  
Bir miktar maydonoz  
1 adet domates

Su da haşlamış olduğumuz tavuk etlerini minik minik parçalıyoruz. Ayrı bir tencerede yağa koyup havuçları soteliyoruz. Patatesleri küp şeklinde doğrayıp ekliyoruz. Yarım kaşık salça koyuyoruz. 1 su bardağı olan şehriyemizi ekliyoruz ve bir tarafta kaynamış olan tavuklu suyumuzuda üzerine ilave ediyoruz arzuya ve ağız tatına göre istenilen baharatlar eklenebilir. Yemeğimiz kaselere konulduktan sonra rendelenmiş domateslerimizi koyabiliriz ve maydonozlarımızı ince ince kesip koyabiliriz.