



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOYA SOSLU TAVUK

- 1 adet tavuk fileto
- 1 ay bardağı soya sosu
- 3 yemek kaşığı mısır unu
- 3 yemek kaşığı ayçiçek yağı
- 2 imdik tuz

Tavukları küçük küçük veya jülyen kesim şeklinde doğrayınız. Kestiğiniz tavukların üzerine soya sosunu dokunuz. Sosu koyduktan sonra 1 saat kadar buzdolabında bekletiniz. 1 saatin sonunda karısıma mısır ununu ilave edip yağ ile kızdırılmış tavada sürekli çevirerek pişiriniz.
