



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOYA SOSLU TAVUK SALATASI

400 gr tavuk eti
2 yemek kaşığı margarin
2 yemek kaşığı soya sosu
1 tutam kırmızı biber
1 tutam tuz
3 sap taze soğan
2 adet domates
5 yaprak kıvırcık marıl
1 tatlı kaşığı limon suyu

Tavuk göğsünü bir kaç iri parçaya bölüp 2 yemek kaşığı yağda tuzunu toz kırmızı biberini ve soya sosunu koyup kısık ateşte yarım saat kadar tavanın kapağını açmadan pişirelim. Geniş bir kaseye marulumuzu domateslerimizi taze soğanımızı söğüş doğrayıp limon suyunu ilave edip karıştıralım servis tabağına tavuklarımızı ve yan tarafına bu salatamızdan koyup servis yapalım.