



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOYA SOSLU TAVUKLU SALATA

- 1 göbek marul
- 1 adet kırmızı dolmalık biber (küp doğranmış)
- 1 adet yeşil dolmalık biber (küp doğranmış)
- 1 çorba kaşığı susam yağı
- 1 adet salatalık (ince dilimlenmiş)
- 2 adet taze soğan (ince dilimlenmiş)
- 3 çorba kaşığı soya sos
- 3 çorba kaşığı teriyaki sos
- 1 çay kaşığı bal
- 3 adet tavuk göğsü (derisiz)
- 1 çorba kaşığı susam
- Tuz
- Karabiber

Tavukları 1 cm kalınlığında dilimledikten sonra teriyaki sosla 1 saat marine edin..
Daha sonra yağı kızdırın ve tavukları 2 dakika soteleyin ve kenara alın.
Aynı tavaya bal,susam,soya sos ve susam yağını koyun.
Bal eriyene kadar yaklaşık 30 saniye pişirin.Tavukları ilave edin ve ateşi söndürün.
Tüm sebzeleri tavukla harmanlayarak servis edin.