



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SUSAMLI PASTIRMALI TAVUK

Emine Beder

5 dilim pastırma  
5 adet tavuk şinitzel (ince dilimlenmiş)  
1 çorba kaşığı galeta unu  
1 diş sarımsak  
1/2 çay bardağı tahin  
3 çorba kaşığı süt  
2 çorba kaşığı sıvıyağ  
2-3 çorba kaşığı susam  
tuz  
karabiber  
pulbiber

Tavuk şinitzellerine arkalı önlü tuz, karabiber pul biber serpelim. Şinitzellerin üzerlerine birer dilim pastırma koyarak her birini ayrı ayrı rulo yaparak saralım. Ruloların kenar kısımlarını kürdanla teğel yapar gibi tutturalım. Tahinin içine dövülmüş sarımsağı, sıvıyağı, sütü ilave edip karıştıralım. Tavuk rulolarını arkalı önlü bu karışıma batırıp çıkardıktan sonra arkalı ölü susama yatıralım ve fırın kabına dizelim. 200 ° c'de ısıtılmış fırında 20-30 dk etlerin iç kısmı pişene dek pişirelim ve sıcak servis yapalım.