



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SUSAMLI TAVUK

500 gram tavuk kıyma
2 adet kuru soğan
1 yemek kaşığı galeta unu
1 adet yumurtanın sarısı
3 yemek kaşığı susam
6 yemek kaşığı sıvı yağ
1 yemek kaşığı tereyağı
1 bardak nohut
Tuz
Karabiber
Kırmızıbiber

Nohutları yıkayıp, haşlayın.

Tavuk kıymanın içine 1 adet soğanı rendeleyin. Galeta ununu ilave edin. Tuz, karabiber ve kırmızı biberle yoğurun. İri köfteler yapın.

Köfteleri önce yumurta sarısına, daha sonra susama bulayın. Sıvı yağda kızartın.

Kalan soğanı tereyağında pembeleştirin. Üzerine haşlanmış nohutları, tuzu ve suyunu ekleyip, pişirin. Nohutların üzerine tavukları yerleştirerek, servise hazırlayın.

