



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK BİSKÜVİSİ

<https://www.sagliklitavuk.org>

400 gram tavuk göğsü
100 gram patlatmalık mısır
3 yumurta
2 çay kaşığı tuz
2 çay kaşığı köri
2 çay kaşığı kimyon
2 çay kaşığı karabiber

Tavuk göğsünü haşlayın ve soğumaya bırakın.
Haşlanmış tavuk göğsü tamamen soğuyunca mutfak robotundan geçirerek küçük parçalara ayırın.
Mısır patlatın ve soğumaya bırakın.
Yumurtaları sarılarından tamamen ayırın ve bir tutam tuzla kar olana kadar çırpın.
Mısır ve tavuğu kar olmuş yumurta beyazıyla karıştırın.
Yumurta sarılarını da karışıma dökerek tekrar karıştırın.
Tuz, köri, kimyon ve karabiber ekleyin.
Fırın kâğıdı serilmiş fırın tepsisine karışımı döküp serin.
Önceden ısıtılmış 130 derecelik fırında 15-20 dakika pişirin. İster sıcak, ister soğuk servis yapın.

