



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

www.lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK CORDON BLEU

www.beypilic.com.tr

Tavuk Göğüsü
12 Dilim Otlu Peynir veya 12 Dilim Dil Peyniri
1 Çay Kaşığı Tuz
1 Çay Kaşığı Karabiber
Yarım Su Bardağı Un
2 Adet Yumurta
Yarım Su Bardağı Galeta Unu veya Pane Un

Tavuk göğüslerini bir bıçakla uzunlamasına ortadan sanki bir cep açarcasına ikiye ayıralım. Ama dibini koparmadan yarıp, içini açalım. Sonra da bir çekiç ya da et döveceğiyle dövüp, inceltip, yassılaştıralım. Ya da bu işlemi kasabınıza da yaptırabilirsiniz.

Daha sonra tavukların üzerine tuz ve karabiberi serpiştirelim. Sonra her bir tavuk göğsünün cep gibi açılan ortasına 2 adet peynir dilimini yerleştirip, kapatalım. Tavuğun uçlarını da bir bıçağın ucuyla çivi çakar gibi birbirine yapıştıralım. Böylece tavuğun göğsü hiç açılmadan kızaracaktır.

Şimdi de her bir tavuk göğsünü önce una sonra çırpılmış yumurtaya ve en olarak galeta ununa batırıp, iyice bulayalım.

Geniş bir tavaya sıvıyağı koyup, orta ısıya ateşte kızdıralım ve tavuklarımızı çevire çevire, altın sarısı renk alıncaya kadar kızartalım. Servis tabağına aldıktan sonra yanına havuç, biber ve sebzelerle beraber süsleyip, servise sunabiliriz.

