



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK EKMEK

4 adet sandviç ekmeđi
1 adet tavuk göđsü
1 çorba kaşığı mayonez
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı tuz
Kıvırcık yaprakları

Tavuk göğsü haşlanır, didiklenir, kimyon, karabiber ve tuz eklenir, harmanlanır. Mayonez ve yumuşak tereyağı karıştırılır. sandviç ekmekleri bıçakla koparmadan boyuna kesilir. İç kısmına mayonez-tereyağı karışımı sürürlür. Uygun büyüklükte kıvırcık konur. Tavuk yerleştireilir. Ekmeklerin üzerine iyice bastırılır.