



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK KALAMAR

1 kg 1 kg. tavuk göğsü, uzun parmak şeklinde kesilmiş
2 çorba kaşığı yoğurt
1 çorba kaşığı salça
1 adet yumurta
Tuz, karabiber, kekik, kırmızı pul biber Tuz
1 kase mısır unu
1 tutam karabiber
1 tutam kekik
1 tutam kırmızı pul biber
100 gr kızartma yağı

Un dışındaki malzemelerin hepsini karıştırıp bulamaç yapalım.

Tavuklarla karıştırıp dinlenmeye bırakalım, buzdolabında 2 saat kadar kalırsa iyi olur, vaktiniz yoksa hemen de yapabilirsiniz.

Tavukları dolaptan çıkarıp, bir tepsiye döktüğünüz mısır unun da tavukları azar azar alıp bulayın, fazla unları silkeleyin

Kızgın yağda kızartın.

