



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK KİEVSKİ

- 2 adet tavuk göğsü (2 bütün yani 4 parça)
- 3 yemek kaşığı tereyağı
- ½ demet maydanoz (orta boy bir demet)
- 2 dal taze tarhun
- 2 iri diş sarımsak
- 1 tatlı kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı öğütülmüş top karabiber
- 1 adet yumurta
- 3 yemek kaşığı un
- ½ su bardağı panko (japon ekmeği kırıntısı)(veya normal ekme kırıntısı)
- ½ su bardağı kızartma yağı

Tereyağı oda sıcaklığına getirin.

Maydanoz ve tarhununu incecik kıyın. Sarımsakları ezin.

Tereyağı, otlar, sarımsak, karabiber ve tuzun yarısını iyice harmanlayın.

Tavuk göğüslerine keskin bir bıçak yardımıyla cep açın.

Açtığınız ceplerin içine tereyağlı karışımdan bolca koyun ve tavuk göğüslerini kürdan yardımıyla tekrar tutturun.

Kızartma yağın kızdırmaya başlayın.

Unu bir tabağa yayın ve tuzun geri kalanıyla harmanlayın. Yumurtayı çukur bir tabakta çırpın ve ekme kırıntılarını da başka bir tabağa yayın.

Tavukları önce una sonra yumurtaya en son da bolca ekme kırıntısına bulayın.

İyice kızmış yağa tavukları atın. Her iki yüzü de koyu altın sarısı olana dek kızartın.

