



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK NUGGET

400 gr. tavuk göğsü
1 su bardağı galeta unu
1 çay bardağı un
2 yumurta

Tavuk göğüs etlerini dilimleyin. Yumurtaları çırpın. Dilimlenmiş tavuk etlerini önce una, sonra yumurtaya, en son olarak da galeta ununa bulayın. Hazırladığınız etleri yağda kızartarak servis yapın.

