



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK SALATASI

500 gram arpa şehriye
Yarım demet dereotu
1 su bardağı mısır konservesi
1 parça tavuk göğsü
Yarım çay bardağı sıvı yağ
1 çay bardağı mayonez
Yarım kilo yoğurt

Tencereye tavuk etini alalım üzerine su dökelim ve iyice pişirelim. Ateşten alıp soğutalım ve eti küçük küçük parçalara bölelim. Öte yandan şehriyeyi kaynayan suyun içine dökelim ve pişirelim ateşten alıp suyunu süzdükten sonra üzerine yarım çay bardağı sıvı yağ gezdirelim ve karıştıralım. Ayrı bir kapta yoğurdu mayonezi çırpma teliyle iyice çırpalım ve bütün malzemelerimizi geniş bir kaseye alalım, üzerine mısır konservesi ve ince kıyılmış dereotunu ekleyelim. Gerekirse tuz ilavesi yapalım ve iyice çırpalım servis tabaklarına alarak servis yapalım.

