



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK SALATASI

Milli Eğitim Bakanlığı
Aile ve Tüketici Hizmetleri
Ankara 2011

2 adet tavuk göğüs eti
2 adet salatalık turşusu
1 su bardağı süzme yoğurt
1 su bardağı mayonez
2-3 diş sarımsak
1 su bardağı çekilmiş ceviz içi
1 demet dereotu
½ demet maydanoz
Tuz
Pul biber

Tavuğun göğsü uygun bir tencerede üzerini örtecek kadar su ile haşlanır.
Biraz soğutulduktan sonra küçük parçalara ayrılır.
Salatalık turşusu küçük küpler şeklinde doğranır.
Dereotu ve maydanoz yıkanıp süslemek için birkaç dal ayrıldıktan sonra kalan kısmı ince kıyılır.
Cam veya porselen bir salata karıştırma kabına tavuk etleri, salatalık turşusu, kıyılmış dereotu, maydanoz, sarımsak, ceviz, yoğurt ve mayonez konulur.
Tuz ve pul biber ilave edilip karıştırılır.
Servis tabağına alınıp maydanoz ve dereotu yaprakları ile süslenerek servise hazırlanır. İsteğe göre üzerine kırmızıbiberli yağ gezdirilebilir.

