



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TAVUK ŞİNİTZEL

ADESE RESTAURANT Etlik/Ankara

750 gr bonfile tavuk eti  
1 su bardağı galeta unu  
1 su bardağı un  
4 adet yumurta  
1 su bardağı mısır özü yağı  
100 gr tereyağı  
Bir miktar kaşar peyniri  
Karabiber  
Tuz

Tavuk bonfile eti, incilmesi için ortasından yanlamasına ikiye ayrılır. Et döveceği ya da başka sert bir şey ile kalın kalmaması için iyice dövülür. Üzerine tuz ve karabiber serpilir. Rendenin ince tarafı ile kaşarlar rendelenir ve tavuk etinin ortasına yerleştirilir. Kaşar peynirli tavuk eti önce iyice un ve galeta ununa, daha sonra da önceden hazırlanmış çırpılmış yumurtaya batırılarak teflon tavada, mısır özü yağında orta ateşte çevrilerek kızartılır. Kızartılmış etlerin üzerine eritilmiş tereyağı dökülür. Patates, domates ve maydanoz ile süslenerek servis yapılır.