



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK ŞİNİTZEL

Yarım kg fileto dilimlenmiş tavuk göğsü

1 tatlı kaşık kekik

1 tatlı kaşığı köri

2 yumurta

Bir miktar galeta unu

Bir miktar un

Yumurtaları yayvan bir tabağa kırın. İçine köri, kekik, karabiber ve tuzu ekleyip çırpın. Daha sonra tavuk etlerini önce una, sonra çırpılmış yumurtaya sonra da galeta ununa her iki tarafına bulayın. Tavaya az miktarda yağ koyup ısıtın. Hazırladığınız tavuk etlerini önlü arkalı kızarana kadar pişirin.