



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## TAVUK ŞİNİTZEL

4 parça tavuk göğsü (dövülmüş)

1 su bardağı un

1 su bardağı galeta unu

Yumurtaları bir kaptan çirpin, tavukları önce una, yumurtaya ve galeta ununa batırın. Tavaya sivi yağı koyun kızgın yağda kızartın.

---