



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK SOTE

1 baş soğanı ay şeklinde kesin.

500 gram tavuk göğsünü kuşbaşı kesin.

Başka bir tencerede tavukların suyunu çekmesini bekleyene kadar pişirin.

Bir tavaya ise bir yeşil biber bir kırmızı biber uzun uzun kesip koyun.

Soğanları atıp üzerine bir yemek kaşığı soya sosu ilave edin.

Pul biber ve nane ekleyin. Suyu çeken tavukları da karışıma koyup kavurun.

