



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK SULTAN

6 kişilik Gerekli malzeme:

3 tavuk göğüs eti

250 gr tavuk kıyması

100 gr mantar,

1 soğan

1 kahve fincanı çekilmiş antepfıstığı

1 yumurta sarısı,

3 milföy hamuru

1 demet maydanoz

Tuz,

karabiber,

kekik

Tavuk göğüslerini ortadan ikiye açın. Koparmamaya dikkat ederek et dövücü ile iyice ezin: Mantarları yıkayıp kurulayın.

Tavuk kıymasına mantar, soğan, tuz, kekik, karabiber ve maydanozu ekleyip kıyma makinesinde çekin ya da robottan geçirin. antepfıstığını ilave edip karıştırın. Hazırladığınız tavuk etlerinin ortasına harcı paylaşın. Rulo halinde sararak fırın tepsisine dizin. Orta ısı fırında 30 dakika pişirin.

Ruloları tek tek milföy hamuruna sarın. Üzerlerine yumurta sarısı sürüp tekrar fırına verin. Kızarıncaya kadar yaklaşık 10 dakika daha pişirin. Dilim dilim kesin, pilav, patates püresi ve domates sosu eşliğinde sıcak olarak servis yapın.
