



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK TORTİLLA

200 gr. tavuk göğsü fileto
2 yemek kaşığı limon suyu
3-4 yemek kaşığı yağ
2 adet taze soğan
1 yemek kaşığı taze krema
2 yemek kaşığı yoğurt
4 büyük marul yaprakları
4 lavaş ekmeği
Biber
Tuz

Bir kapta ince şeritler halinde tavuk göğsü etini kesin. Tuz ve karabiber, limon suyunu 2 yemek kaşığı yağ ile karıştırıp tavuk etlerinin üzerine serpin. Bu arada, soğanı yıkayıp çok ince halkalar halinde kesin. Yoğurt ile ekşi kremayı karıştırın. Marul yaprakları yıkayın ve iyice süzün. Bir yapışmaz tavayı ısıtıp, tavuk etlerini dökün ve 2 dakika yüksek ateşte kızartın. Taze soğanları ince ince kıyın. Sonra başka bir tavada lavaş ekmeğini arkalı önü ısıtın. Lavaş ekmeğinin içine yoğurtlu kremalı soğan sürüp sonra 1 adet marul yaprağını yerleştirin. Tavuk etlerini de koyup taze soğan serpip lavaş ekmeğini sarıp servis yapın.

