



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK YAHNİSİ

Eğlenceli Tarifler
Sağlıklı Minikler

4 adet organik tavuk baget
7-8 adet arpacık soğan, kabukları soyulmuş
2 diş sarımsak, kabukları soyulmuş
1 adet havuç, dilimlenmiş
1 orta boy taze patates, kabuklarıyla kalın dilimlenmiş
1/2 adet kereviz, soyulmuş, dilimlenmiş
1 dal biberiye
2 su bardağı tavuk suyu
1 adet yumurta sarısı
1 çorba kaşığı limon suyu
3 çorba kaşığı Komili Riviera Zeytinyağı
Deniz tuzu, taze çekilmiş karabiber

Arpacık soğanları, sarımsakları ve biberiyeyi Komili Riviera Zeytinyağı ile birlikte bir tencereye alıp birkaç dakika kavurun. Tavuk bagetleri ekleyip çevirerek pembeleşmelerini sağlayın. Sebzeleri de ilave edip birkaç dakika daha çevirdikten sonra tavuk suyunu ekleyin. Tuzunu ve karabiberini ayarlayıp ocağı kısın ve kapağı kapalı olarak 40 dakika pişirin. Bir kasede limon suyu ile yumurta sarısını çırparak karıştırın. Yemeğin suyundan bir kaşık ile azar azar alıp yumurta ve limon karışımına ekleyerek karıştırın. Bu işlemi birkaç kez tekrarlayarak karışımın ilımasını sağlayın. İliyan yumurtalı karışımı tencereye boşaltıp tüm malzemelerle karıştırın ve yemeği ocaktan alın. Hemen servis edin.

