



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU ALİNAZİK

6 orta boy patlıcan
300 gr yoğurt
3 diş sarımsak
500 gr tavuk göğüsü
3 yemek kaşığı margarin
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı pul biber
Tuz
Bir tutam maydanoz
4 adet domates
4 adet biber

Patlıcanlar, közlenip, kabukları soyulur. İçerisine bir miktar tuz konup çatal yardımıyla ezilir. Sarımsaklar bi miktar tuzla ezilir yoğurdun içine katılır. Tavuk küp küp doğranıp, kızdırılmış yağda kavrulur. Ocak söndürüldükten sonra tuz, karabiber, pul biber atılıp (hepsinin miktarı isteğe göre değişebilir) birkaç defa karıştırılır. Servis yapılacak borcama önce patlıcanlar sonra yoğurt ve üstüne tavuklar dökülür. Maydanozlar ince kıyılıp üzerine serpilir.süslemek için domatesler ve biberler közlenir tabağın kenarlarına konur