



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAVUKLU ARPA ŞEHİRİYE SALATASI

1 adet haşlanmış tavuk göğsü  
2 su bardağı arpa şehriye  
2 yemek kaşığı sıvı yağ  
3 su bardağı su  
4-5 dal taze soğan  
Yarım demet maydanoz  
Bir tutam dereotu  
2-3 adet közlenmiş kırmızı biber  
1 kutu mısır konservesi  
4-5 adet kornişon turşu  
Tuz  
Zeytinyağı  
Limon suyu

Tavuk göğsünü haşlayıp didikleyin. Suyunu da ayırın.  
Arpa şehriyeleri sıvı yağda hafifçe kavurun.  
Haşlanan tavuğun suyunu ve tuz ilave ederek pilav pişirir gibi pişirin.  
Şehriyeler suyunu çekince soğuması için kenara alın.  
Soğan, dereotu ve maydanozu ince ince kıyın.  
Turşu ve kırmızı biberleri küp küp doğrayın.  
Tavuğu ve diğer malzemeleri derin bir kasede karıştırın.  
Limon suyu, zeytinyağı ve tuzu da ekleyip karıştırın.

