



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU BURİTTO

2 adet lavaş, tortilla ya da krep
2 adet tavuk göğsü ya da tavuk pirzola
6 yemek kaşığı pilav
6 yemek kaşığı barbunya yemeği veya konserve fasulye
2 yaprak marul ya da kıvırcık
100 gr. rendelenmiş kaşar peyniri
2 adet rendelenmiş domates
2 yemek kaşığı sıvı yağ
1 adet soğan
2 - 3 diş sarımsak
1 adet kapy biber
1 adet yeşil biber
Bir tutam tuz
Bir tutam karabiber
Bir tutam kırmızı toz biber, pul biber
Kimyon ya da zerdeçal

Soğanlar yarım ay şeklinde, sarımsaklar ince ince doğranır ve sıvı yağda kavurulmaya başlanır. Damak zevkinize göre hafif diri kalabilirler.

Tavuk etleri ve kapy biber jülyen doğranır, tavaya eklenir.

Tuz ve baharatlarla birlikte 10 dakika kadar daha pişirilir.

Lavaşa domates rendesi sürülür, kaşar peyniri dizilir.

Marul üzerine sırasıyla pilav ve fasulyeden 3 kaşık alınarak yayılır.

Tavadaki harçtan alınıp tüm malzemelerin üzerine yerleştirilir.

Lavaşın her tarafı kapalı olmalıdır. Zarf ya da şişkin bir dürüm şeklinde itinayla katlanır. Birleştirme yeri hafif ıslatılarak kapatılır.

Kapatılan yüzeyi tavaya gelecek şekilde ısıtılır. Bu işlem için tost makinesi de kullanabilirsiniz.

Yeteri kadar ısındığında servis tabağına alabilirsiniz.

Ortasından çapraz gelecek şekilde keserek arzuya göre ya da sade şekilde servis edebilirsiniz.

Not: Arzuya göre mantar, acı biber turşusu, avokado, çedar peyniri, mozzarella peyniri, süzme yoğurt, mayonez, ranch sos, köri sos, kişniş, maydanoz, havuç ve mısır gibi malzemeler ekleyebilirsiniz.



