



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU GÖZLEME

MALZEMELER:

250 gr tavuk göğsü

0,5 kuru soğan

1 adet sivri biber

1 adet kırmızıbiber

1 adet domates

10 gr tereyağı

4 gr tuz

1 gr karabiber

1 gr kuru kekik

1 gr pul biber

4 adet gözleme veya lavaş

HAZIRLANIŞI:

Tavuklar ve sebzeler küçük tavla zarı gibi doğranır ve saç'a tereyağı tavuk ve soğan konularak saç da sotelemeye başlanır sonra biberleri sotelenir ve baharatları atılarak gözlemeye veya lavaşa sarılarak servise hazır hale gelir.
