



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAVUKLU HAVUÇ PÜRESİ

<https://www.elele.com.tr>

1 adet havuç  
1 adet küçük soğan  
1 kaşık haşlanmış nohut  
1 çorba kaşığı haşlanmış didiklenmiş tavuk göğsü  
Zeytinyağı

Soğanı küçük bir tencerede havuçla birlikte haşlayın. Haşlanan soğan ve havucu nohut, zeytinyağı ve tavukla karıştırıp blenderda püre haline getirin.

