



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TAVUKLU SALATA

2 adet tavuk kalça  
1 su bardağı şehriye  
3 adet sivri biber  
1/2 demet dereotu  
1/2 demet maydanoz  
1 adet közlenmiş kırmızı biber  
3 çorba kaşığı zeytinyağı  
1/2 limon suyu  
Tuz  
Karabiber

Tavuk etlerini derisiyle beraber haşlayın, sudan alıp didin. Tavukları pişirdiğiniz suya şehriye ve tuz ilave edin, şehriyeler pişinceye kadar kapağı kapalı olarak pişirin. Biberleri, maydanozu ve dereotunu ince ince kıyın. Şehriyeye kıyılmış yeşillikleri ve biberleri ekleyerek karıştırın. Tavuk etlerini üzerine ilave edin. Sosu dökün.

---