



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK TANTUNİ (MERSİN)

Bir parça tavuk göğsü
Yarım kuru soğan
1 çay kaşığı sumak
Yarım demet maydanoz
1 tane közlenmiş biber
Yarım domates
Orta boy ekme

Saç tavanın içine tavukları parmak ucu büyüklüğünde keserek koyun. İçine bir yemek kaşığı sirke ve yarım çay bardağı sıvı yağ koyun.
Tavuklar pişince üzerine küp küp domatesleri kesip koyun. Domatesin kabuklarını soyun.
Akabinde közlenmiş biberi kesip ekleyin.
Dilediğiniz baharatları ekleyin.
Bir tabakta soğanları ince ince doğrayın. Üzerine sumak dökün.
Daha sonra ekmeğin ortasını açın.
İçine tavuk karışımını ekleyin.
Sumaklı soğanı da koyu. Tavuk tantuni servise hazır!

