



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAVUK TANTUNİ

500 gram tavuk göğsü  
2 adet kuru soğan  
3 adet domates  
Yarım demet maydanoz  
Zeytinyağı  
Karabiber  
Kimyon  
Kırmızı toz biber  
Lavaş ekmeği

Tavuk göğsünü tencerede haşlayın.  
Diğer taraftan da domatesi soyup küp şeklinde, soğanları da piyazlık doğrayın.  
Et haşlanınca küp küp doğrayın.  
Etleri geniş bir tavaya alın ve üzerine zeytinyağını ekleyin.  
Baharatları da tavaya ilave edip iyice kavurun.  
Lavaş ekmeğini de tavanın üzerine koyarak yağlayın. Ardından arasına domates ve soğanı yayın.  
Etleri de üzerine yerleştirip dürüm yapın.

