



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU YEŞİL MERCİMEK

www.sefabdullahusta.com

200 gram tavuk göğsü
1 su bardağı yeşil mercimek
1 adet soğan
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı salça
Yeteri kadar su
Tuz
Pul biber

Tavuk etini kuşbaşı şekline doğrayın veya haşlayın.
En son servise yakın yemeğin üzerine koyun.
Ayıklanmış mercimeği bir kaba alıp, üzerine çıkacak kadar su ekleyin ve 2-3 saat bekletin.
Suyunu süzün ve birkaç kez yıkayın.
Yemeklik doğranmış soğanı zeytinyağında hafif kavurun.
Salça ve tavuk etini ekleyip, birkaç kez çevirin.
Mercimek, tuz ve pul biber katıp, karıştırın.
Üzerini geçecek kadar su ekleyin ve pişmeye bırakın.
Mercimek yumuşayınca ocaktan alın ve sıcak olarak servis yapın.

