



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TERBİYELİ TAVUK KAPAMA

- 1 kg tavuk bonfile
- 2 adet havuç
- 2 adet patates
- 1 su bardağı konserve bezelye
- 1 adet kuru soğan
- 2 adet dolma biberi
- 4 çorba kaşığı sıvıyağ
- 1 tatlı kaşığı tuz
- Terbiye için:
- 1 adet yumurta
- 1 çorba kaşığı yoğurt
- 1 çorba kaşığı un
- 1 çay bardağı su

Tencereye yağ konur, ısınınca iri doğranmış tavuk ve ince kıyılmış soğan atılır. Tavuk beyazlaşmaya başlayınca kuşbaşı doğranmış havuç ve biber eklenir. 10 dakika sonra kuşbaşı doğranmış patates ve bezelye eklenir. Tuz eklenir, kapak kapatılır. 10 dakika daha kısık ateşte pişirilir. Bu arada terbiye malzemesi karıştırılır. Yemeğin üzerine akıtılır. 5 dakika daha pişirdikten sonra ateşten alınır.