



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TEREYAĞLI VE LİMON SOSLU ŞİNİTZEL

- 4 adet ince dövülmüş tavuk göğsü
- 1 su bardağı un
- 1 su bardağı galeta unu
- 2 adet yumurta
- 1 adet soğan, havuç, kabak, patates
- 3 çorba kaşığı tereyağı
- 5 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 adet limon

Öncelikle dövülmüş tavuk göğsü etlerini bir miktar sütle ya da ayıranda 30 dakika kadar marine ederseniz çok daha lezzetli olacaktır. Aceleniz varsa buna gerek kalmaz. İnce dövülmüş tavuk etlerini önce una, sonra çırpılmış yumurtaya en son da galeta ununa bulayın. Bu şekilde hazırlanmış tavuk etlerini erimiş tereyağı ve zeytinyağında iki yüzünü 4 dakika kadar pişirin. Bu arada sebzeleri uzun ince bir şekilde doğrayın. Fırın tepsisine tüm sebzeleri yerleştirin. Sebzeleri 200 derecedeki fırında 25 dakika kadar pişirin. Pişirilebilen sebzelerle şinitzeli servis tabağına alıp sıcak servis yapın. Bu arada şinitzeli tabağa alınca üzerine tereyağını ve limon dilimi yerleştirip ikram edin.

