



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## TURŞULU TAVUK GÖĞSÜ

4 tavuk göğüs eti  
2 adet soğan  
5 adet küçük salatalık turşusu  
Yarım bardak ayçiçek yağı  
Karabiber

Tavukların kemiklerini ayırın ve kuşbaşı doğrayın. Yağda kavurun. Soğanı doğrayıp ilave ederek 10 dakika daha kavurun. Turşuyu da doğrayıp ilave edin. 3 dakika kadar daha kavurun. Karabiberle servis yapın. Yanında patates haşlama yenir.

---