



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YOĞURTLU SEBZELİ TAVUK

- 1 adet tavuk
- 2 adet patates
- 2 adet havuç
- 1 su bardağı bezelye konserve
- 1 litre su
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 su bardağı yoğurt
- Yarım limon
- 1 çorba kaşığı un

Su tuzla kaynatılır. Parçalara ayrılmış tavuk atılır. Tavuk yumuşamaya başlayınca doğranmış havuç ve patates eklenir. Sebzeler pişince bezelye eklenir. Hemen sonra yoğurt, limon, un ve 1 su bardağı su karışımı yemeğe eklenir. 3 dakika kadar birlikte kaynatılır ateşten alınır.