



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

## HARDALLI TAVUK



- 1 kg'lık tavuk
- 1 ay bardağı zeytinyağı
- 1 adet kuru sođan
- 2 orba kaşığı hardal sos
- 1 orba kaşığı un
- 1 ay kaşığı karabiber
- 1 su bardađı su
- 1 tatlı kaşığı tuz

- # Tavuk küçük parçalara ayrılır. Yayvan bir tencereye zeytinyağı konur. Isınınca tavuk parçaları atılır, iki yüzü sadece renk alacak kadar kızartılır.
- # zerine ince kıyılmış soğan eklenir, yarım tatlı kaşığı tuz serpilir. Tencerenin kapağı kapatılır, orta ateşte 10 dakika pişirilir.
- # Bu arada bir kapta su, hardal sos, un, yarım tatlı kaşığı tuz ve karabiber çırpılır.
- # Soğanlı tavuğun üzerine dökülür. Kapak kapatılır, kısık ateşte yarım saat pişirilir.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

**Not:** Bu tarif için hardal sos kullanılmıştır. Hardalın z kullanılacaksa 1 tatlı kaşığı kullanmak yeterlidir.