



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

## TAVUK KROKET



- 2 Adet tavuk göğsü
- 1 Su bardağı mantar
- 1 Adet yumurta
- 1 Tatlı kaşığı kırmızı biber
- 1 Su bardağı galeta unu
- 1 Su bardağı kızartma yağı
- Sos İçin;
- 2 Çorba kaşığı un
- 2 Çorba kaşığı tereyağı
- 1 Su bardağı süt
- 1 Çay kaşığı karabiber
- 1 Çay kaşığı tuz

- # Tavuk eti haşlanır, soğutulur, pişmiş olarak mikserden geçirilir.
- # Mantar da mikserden geçirilir.
- # Diğer taraftan süt, un ve tereyağından oluşan sos bir tavada orta ateşte karıştırılarak pişirilir, soğutulur.
- # Sos, tavuk eti, baharatlar ve mantar çok az yağla tavada biraz çevrilir, soğutulur.
- # Karışımdan yumurta büyüklüğünde parçalar koparılır, köfte şekli verilir.
- # Köfteler önce una sonra yumurtaya, en son da galeta ununa bulanır.
- # Kızgın yağda kızartılıp, servis yapılır.

**Not:** Hindi eti kullanılarak da kroket hazırlanabilir.