



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

## KÖRİLİ TAVUK



8 Adet tavuk baget  
4 Çorba kaşığı ayçiçek yağı  
1 Tatlı kaşığı köri  
4 Diş sarımsak  
1 Tatlı kaşığı tuz

- # Tavuk bagetler az suda dağılmayacak şekilde haşlanır.
- # Haşlama suyunun içinden bir süzgeçe çıkararak suyunun süzülmesi sağlanır.
- # Diğer taraftan teflon bir tavaya yağ konur, ısınınca önce köri, sonra iyice dövülmüş sarımsak ve tuz eklenir.
- # Tavadaki malzemeler körinin rengi çıkana kadar bir kaç kez çevrilir.
- # Bu malzemelerin üzerine haşlanmış, suyu süzölmüş tavuk bagetler tek sıra halinde dizilir.
- # Tava kapaksız olarak, bagetler sarı renk alana kadar iki yüzöde kızartılır.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

**Not:** Köri Türk mutfağına yeni giren bir baharat olmasına rağmen, kısa sürede sevilen bir tat verici olarak benimsenmiştir.