



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARPACIK SOĞANLI TAVUK KAVURMA

600 gram tavuk kuşbaşı
15 arpacık soğanı
4 diş sarımsak
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çorba kaşığı kekik
1 çorba kaşığı kırmızı pul biber

Bir kabın içinde pul biberi, kekiği, ezilmiş sarımsakları ve zeytinyağını iyice karıştırın. Bu karışımın içine küçük doğranmış tavuk etlerini ilave ederek üzerini kapatın. 1 saat kadar bu terbiyenin içinde bekletin. Daha sonra az yağlı tavada kavurun. Soyulmuş arpacık soğanlarını da ilave edip kavurmaya devam edin. Tamamen piştikten sonra servis yapın.