



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAHARATLI TAVUK BUDU

Ömür Akkor

8 adet derili tavuk budu
8 yemek kaşığı Komili natürel sızma zeytinyağı
Yarım demet taze kekik
Yarım demet taze fesleğen
Bir tutam maydanoz
4 diş sarımsak
Karabiber
Kaya tuzu

Kekik, fesleğen, maydanoz ve sarımsağı incecik kıyın.
Tuz, karabiber ve Komili zeytinyağı ile kızıdığınız baharatları harmanlayın.
Hazırladığınız bu harcı tavuk butlarının derilerinin altına yerleştirin.
Daha sonra etlerin dışını Komili zeytinyağı ile kaplayıp yağlı kağıt serdiğiniz tepsiye dizin.
180 derece fırında 45 dakika pişirip servis edin.

