



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAKLALI TAVUK

300 gr. bakla
4 adet tavuk göğsü
1 su bardağı beyaz peynir
1 adet kırmızı biber
1/2'şer demet dereotu ve maydanoz
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1/2 çay bardağı sıcak su
Tuz
Karabiber
Pul biber

Tavukları dövün ve tamamen ayırmadan cep şeklinde kesin. Baklayı kıyın. Kırmızı biberi küp doğrayın. Bakla, kırmızı biber, ufalanmış peynir, kıyılmış dereotu, maydanoz, tuz, karabiber, pul biberi karıştırın ve tavukların içine doldurun. Açılmasını önlemek için kürdanla tutturun. Zeytinyağında kızartın. Üzerine su ekleyip kısık ateşte 15 dakika pişirin.