



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALLI TAVUK

6 adet küçük tavukbuda
2 yemek kaşığı bal
2 yemek kaşığı sıvıyağ
3 yemek kaşığı soya sosu
Az tuz, karabiber

Bir gece önceden bütün sıvıları karıştırıp butların derilerini soyarak atın ve hazırladığınız ballı karışımı tavuk butlarıyla harmanlayın. Ertesi güne kadar arada sırada çevirerek marine edin. Sonrasında borcama koyup tuz ve karabiberi de ekleyerek ısınmış fırında, 200 derecede, 45 dakika pişirin.
