



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BEZELYELİ TAVUK BUDU

- 3 adet tavuk budu
- 1 adet soğan
- 2 su bardağı bezelye
- 1 adet kırmızıbiber
- 3 diş sarımsak
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı salça

Tavuk budunu tencereye alıp yumuşayınca kadar haşlayın. Haşlama suyunu ayırıp tavuk butlarını fırın kabına aktarın. Tencerede rendelenmiş soğanı, sarımsağı ve salçayı yağla 3 dakika kavurun. İçine biberi, bezelyeyi ekleyip tavuk haşlama suyunu dökün. 20 dakika kadar pişirin. Fırın kabındaki tavuk etlerinin yanına yerleştirip 20 dakika daha pişirip sıcak olarak servis yapın.

