



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ TAVUK BUĞULAMA

2 tavuk budu
2 tavuk göğüs eti
6 adet iri domates
6 adet biber (dolmalık)
1 kaşık salça
Taze nane
Tuz
Karabiber
Yarım bardak ayçiçek yağı

Tavukların kemiklerini ayırın. Tuzunu katıp suda biraz pişirdikten sonra tepsiye alın. Domatesleri soyun yağı da koyun. ayın. Bir kaşık da kaynatın ve pişen tavukların üzerine dökün. Biraz da tavuğun suyundan koyup fırına verin. 15 dakika fırında piştikten sonra servis yapın. Yanına pilav ve yeşil salata, soğuk karpuz iyi gider.

[ML® Domatesli Tavuk için tıklayın](#)