



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRIN TAVUK

<https://yemek.name>

200 gram Tavuk (derisiz)

1 adet kuru soğan

1 diş sarımsak

1 adet domates

1 adet sivri biber

Tuz

Fırın poşetine piyazlık doğranmış soğan, ince doğranmış biber, rendelenmiş domatesi ve Tavuğu ekleyerek ağzını kapatın.

1 saat kadar 180 dereceye ısıtılmış fırında pişirin.

Torbanız şiştiğinde üzerine bir kaç delik açın.

Not: Yanında bol yeşillikten oluşan bir salata ve sade bulgur pilavı ile yemenizi öneririm.
