



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SEBZELİ TAVUK

www.annemutfagi.com

Yarım kilo parça tavuk
2 domates
2 patates
1 soğan
Yarım kilo mantar
2 tane yeşil biber
1 yemek kaşığı domates salçası
Tuz
Karabiber
Sıvı yağ

Öncelikle bütün malzemeleri yıkayalım. Domates, soğan, mantar, patates ve biberi orta uzunlukta doğrayalım. Daha bir kanştırma kabına boşaltıp üzerine tavukları ilave edelim. Bir buçuk su bardağına bir yemek kaşığı salçayı tuz ve karabiber ilave edip kanştıralım ve malzememizin üzerine dökelim. Hepsini iyice harmanladıktan sonra fırın tepsinine alıp üzerine sıvı yağ gezdirelim. 200 derece fırında üzerleri kızarmaya kadar pişirelim. Pratik sebzeli tavuk yemeğimiz servise hazır.

