



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

FIRINDA TAVUK

- 1 adet tavuk
- 2 diş sarımsak
- 1 adet iri kuru soğan
- 1 adet iri domates
- 1 çorba kaşığı salç
- 5 çorba kaşığı sıvıyağ
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 su bardağı su

Tavuk küçük parçalara kesilir, fırın kabına yerleştirilir. Diğer tarafta ince kıyılmış soğan yağda pembeleştirilir. Üzerine dövülmüş sarımsak, rende domates, salça ve tuz eklenir. 5 dakika sonra sıcak su katılır, bir taşım kaynatılır. Hazırlanan karışım tavuk etinin üzerine gezdirilir. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 50 dakika kadar pişirilir.

[ML® Tavuk Lokması için tıklayın](#)
