



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA SEBZELİ TAVUK

1 kg iri doğranmış tavuk eti
4 adet domates
4 adet sivri biber
2 adet soğan
4 adet patates
1 su bardağı bezelye
1 baş sarımsak
2 yemek kaşığı yoğurt
1 yemek kaşığı salça
1 çay bardağı zeytinyağ
1'er çay kaşığı tuz karabiber

Yoğurt, salça, dövülmüş yarım baş sarımsak ve zeytinyağı bir kasede çırpılarak tavuğun üzerine dökülür. Her tarafına bulanır. Fırın tepsisine konur. Üzerine, dilimlenmiş patates, ince doğranmış biber, kabukları soyulup kübik doğranmış domates, bezelye, ince kıyılmış soğan ve geri kalan sarımsak katılır. Tuz, karabiber hepsi tavuğun üzerine dökülür ve sıcak fırına sürülür.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 06.03.2024