



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK DOLMASI

2 adet tavuk kalça
1 su bardağı bezelye
1 adet soğan
2 adet domates
1 çay bardağı konserve mısır
2 çorba kaşığı tereyağı
3 diş sarımsak
1 demet dereotu
Taze kekik
Biberiye
Tuz
Karabiber

Tavukların içini elinizle bastırarak açabildiğiniz kadar açın. Bezelyeleri haşlayın. Rendelenmiş soğan, küp doğranmış domates, mısır ve ezilmiş sarımsakları yağda beş dakika kavurun. Ardından bezelyeleri ekleyip baharatlarla tatlandırın. Bu karışımı tavuk kalçasının içine doldurup kürdanla tutturun. Bir fırın kabına alıp üzerine çok az su koyun ve erimiş tereyağı sürüp 180 derecelik fırında pişirin.