



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇ SALATALI KIZARMIŞ BAGET

2 adet havuç
6 çorba kaşığı zeytinyağı
3 diş sarımsak
2 çorba kaşığı yoğurt
Tavuk için:
2 baş sarımsak
4 adet tavuk budu
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı yoğurt
Kekik, pul biber, karabiber

Tavuk etlerinin üzerine salça, yoğurt ve baharatları iyice yedirin. Sarımsaklardan bir başını ezip tavukların üzerine sürün. Bu şekilde 20 dakika buzdolabında dinlensin. Daha sonra fırın tepsisine dizip pişirin. Yaklaşık 45 dakika kadar pişirin. Bu arada rendelenmiş havuçların üzerine zeytinyağı ekleyip kavurun. 3 dakika kadar kavurduktan sonra üzerine ezilmiş sarımsakları ekleyip ocaktan alın. Yoğurdu havucun içine ilave edip servis tabağına alın. Kızarmış tavuk buduyla sıcak olarak servis tabağına alın.

