



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ BÜTÜN TAVUK

1 adet tavuk
500 gr patates
250 gr havuç
12 kutu bezelye
1 kaşık margarin
1 kaşık un
1 çay bardağı zeytinyağı
Tuz

Tavuğu temizleyin, kanatlarını ve butlarını bağlayın. Bir tencereye 2 kaşık yağ koyup tavuğu da üzerine koyun orta hararetleri ateşte tavuğu pembe renkte kızartın. Pişince tavuğu sırtı yere gelecek şekilde bir yere koyun. Butlarını kanatlarını göğüs etini keserek çıkartın bir servis tabağına koyun. Tavuğun etrafına patates havuç bezelye sotelerini yaparak koyun. Üstüne de salçalı sos yaparak servis edebilirsiniz