



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARPA ŐEHRIYELİ PLEVNE TAVUĐU

250 gr. arpa Őehriye
3-4 diő sarımsak
2 adet rendelenmiő iri domates
4-5 adet sivri biber
4 parça tavuk pırzola
1,5 su bardađı tavuk suyu
2 yemek kaőıđı margarin
Tuz
Karabiber
Reyhan

Sarımsakları rendeleyip margarinde kavurmaya baőlayın. Őstüne minik doğradığınız biberleri ilave edin. Bir kaç dakika sonra arpa Őehriyeyi ekleyip 5 dakika Őehriyeyi kavurun. Őzerine rendelenmiő domates, tuz ve baharatları ekleyin, karıőtırın. 1/2 su bardağı tavuk suyunu da ekleyip orta hararetili ateőte suyunu çekene kadar piőirin. Isıya dayanıklı ufak bir fırın kabına Őehriyeyi yayın.

Tavukları tuz ilavesiyle yarı kıvamda haőlayın. Haőlanmış tavukları ve reyhanı Őehriyenin Őstüne yerleőtirin. 1 su bardağı tavuk suyunu Őstüne döküp 190 derece fırında suyunu çekene kadar yaklaşık 30-35 dakika piőirin.