



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ARPA ŞEHİRİYELİ TAVUK

2 yemek kaşığı margarin
250 gr arpa şehriye
4 diş sarımsak
2 adet domates (rendelenmiş)
4 adet sivri biber
4 parça tavuk pırlola
1,5 su bardağı tavuk suyu
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı reyhan
1 yemek kaşığı sıvı yağ

Sarımsakları rendeleyin ya da dövün, margarinde kavurun. Üstüne minik doğradığınız biberleri ilave edin. Bir kaç dakika sonra arpa şehriyeyi ekleyip 5 dakika şehriyeyi kavurun. Üzerine rendelenmiş domates, tuz ve baharatları ekleyin, karıştırın. 1/2 su bardağı tavuk suyunu da ekleyip orta hararetli ateşte suyunu çekene kadar pişirin. Fırın kabına şehriyeyi yayın. Tavukları tuz ilavesiyle yarı kıvamda haşlayın. Haşlanmış tavukları şehriyenin üstüne yerleştirin. Geri kalan 1 su bardağı tavuk suyunu üstüne döküp 190 derece fırında suyunu çekene kadar yaklaşık 30-35 dakika pişirin.