



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAHARATLI ÇITIR TAVUK

- 1.5 çay kaşığı toz kırmızı biber
- 1 çay kaşığı granül sarımsak
- 1/2 çay kaşığı kırmızı biber
- 1 çay kaşığı granül soğan
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 çay kaşığı mercan köşk
- 1/2 çay kaşığı kuru kekik
- 500 gr. ince dilimlenmiş parmak şeklinde kesilmiş tavuk göğsü
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 3 diş dövülmüş sarımsak

Dikdörtgen bir kaba üç yemek kaşığı zeytinyağını, sarımsakları ve bütün baharatları koyarak karıştırıyoruz. İnce dilimlenmiş parmak şeklinde kesilmiş tavukları bu sosla iyice karıştırıyoruz. Yağlı kağıt serilmiş bir fırın tepsisine diziyoruz. Önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında çıtır çıtır olana dek pişiriyoruz.