



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAHARATLI IZGARA TAVA

- 1 paket Banvit Piliç Izgara Tava
- 6 orba kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı yenibahar
- 1 tatlı kaşığı tarçın
- 1 tatlı kaşığı kuru kekik
- Bir tutam muskat
- 1 orba kaşığı esmer tozşeker
- 2 diş sarımsak (dövlmüő)
- 1 orba kaşığı soğan (ince kıyılmış)
- 1 orba kaşığı taze soğan (ince kıyılmış)
- 1 orba kaşığı elma sirkesi
- 1 orba kaşığı limon suyu
- Tuz, tane karabiber, pul kırmızıbiber (arzu edilen miktarda, dövlmüő)

Zeytinyağının yarısı ile et dıőındaki tüm malzemeyi iyice karıőtırın.

Etlerin üzerine kalan zeytinyağı gezdirin. İyice karıőtırıp, her tarafına bulayın. Baharatlı karıőımı paylaőtırıp, hafifçe ovarak her taraflarına bulayın. Üzerini strele kapatıp, en az bir gece buzdolabında dinlendirin.

Etleri arzu ederseniz hafif unlanmış fırın torbasına yerleőtırıp, önceden ısıtılmış 200 C fırında 25-30 dak. veya mangalda piőşirin.

Arzu ettięiniz salata ile birlikte servis yapın.

