



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BAHARATLI PİLİÇ

### MALZEMELER

6 adet tavuk göğsü

Harci için:

2 yemek kasığı zeytinyağı

1 dis bütün sarımsak

1 tatlı kasığı zencefil

2 yemek kasığı limon suyu

1 tatlı kasığı kimyon

1 tatlı kasığı zerdaçal

1 tatlı kasığı kışnis

1 tatlı kasığı köri

1 tatlı kasığı kırmızı pul biber

1/2 su bardağı yoğurt

2 yemek kasığı domates salçası

2 yemek kasığı bal

Tuz, karabiber

### YAPILIŞ TARİFİ

Tavuk göğüslerini ortadan ikiye kesiniz. Üzerini bir buçuk ucu ile çiziniz.

Harci için; sarımsak hariç tüm malzemeleri bir kasede karıştırınız.

Tavukları harca bulayınız ve buzdolabında 1 saat dinlendiriniz.

Zeytinyağını ve sarımsakları bir tavada kızdırınız. Marinatta beklettiginiz

göğüs etlerinin her iki tarafını da kızmış olan sarımsaklı zeytinyağında

pisirip , sıcak olarak servis ediniz.