



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BALLI HARDALLI TAVUK

bir paket (15-20 adet) küçük boy tavuk butu  
1 çay bardağı bal  
1 tatlı kaşığı hardal  
yarım çay kaşığı şeker  
1 çorba kaşığı nar ekşisi  
1 paket Knorr Fırında Tavuk Çeşnisi "Dağ Kekikli"

Fırın poşetinin içine küçük boy tavuk butlarını yerleştirelim. Knorr fırında tavuk çeşnisi dağ kekikli ve susamlı çeşniyi poşetin içine boşaltalım. Yaklaşık 45-50 dk kadar tavuklarımızı fırında pişirelim. Tavuklar pişerken, küçük bir kaptaki balı, hardalı, şekerini karıştıralım. Dilerseniz bir yandan pirinç pilavı pişirebilir, brokoli haşlayabilirsiniz. Ya da patates püresi ile servis yapabilirsiniz. Tavukları süslemesi size kaldığı için, pilav ve haşlanmış brokoli tarifi vermiyorum :) Tavuklar pişince suyunu iyice süzdükten sonra tabağa alalım. üzerine ballı hardallı sosu dökelim. Bu sosu kararında dökelim, çok fazla dökmeyelim. en son da nar ekşisini ekleyelim. Pilav, brokoli ya da arzuunuza göre diğer yan ürünlerle sıcak servis yapalım.