



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALLI TAVUK

8 adet kemiksiz tavuk but (İsteğe göre göğüs de kullanılabilir)

1 su bardağı soya sos

1 çay kaşığı toz zencefil

2 çorba kaşığı bal

1 çorba kaşığı kahverengi şeker

Bir tutam tuz

Bir tutam karabiber

İsteğe göre sarımsak eklenebilir

Tavuk etleri jülyen doğranır. 1 saat kadar soya sos, zencefil, bal, kahverengi şeker, tuz ve karabiberde marine edilir.

Daha sonra yüksek ateşte sosu ile birlikte şeker karamelize olana ve etler pişene dek pişirilir.

