



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYELİ FIRIN TAVUK

1 kavanoz Penguen Bezelye
4 adet tavuk incik
1 kaşık yoğurt
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 yemek kaşığı Penguen Biber Salçası
1 tutam biberiye
Yarım su bardağı su
1 baş sarımsak
1 kase kiraz domates
Kaya tuzu
Karabiber

Tavuk incikleri bir kaptan Penguen Biber Salçası, zeytinyağı, tuz, kara biber, biberiye ve yoğurtla karıştırıp 5 dakika sosu emmesi için yoğurun ve bir kenara alın.
Kiraz domatesleri ortadan ikiye bölün.
Penguen Bezelyeyi süzüp fırın kabının altına yerleştirin.
Üzerine kiraz domatesleri ve 1 baş sarımsağı kabularıyla bir kaç parça halinde koyun.
En üstte sosladığınız tavukları ekleyin.
Tavukların kabına yarım su bardağı su ilave edip kalan sosla beraber karıştırıp fırın kabına ilave edip.
Yemeğimizi fırına sürün.
180 derece ısıtılmış fırında yarım saat pişirip servis edin.

