



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİBER SARMA

300 gram tavuk göğsü
10 mantar
1 kırmızı dolmalık biber
4 diş sarımsak
3 sivribiber
Yarım çay bardağı zeytinyağı
Tuz, karabiber

Mantarların içlerini çıkartıp temizleyin. Yıkayıp hemen kurulayın. Şeritler halinde kesilmiş tavuk etlerini zeytinyağında 5 dakika kadar çevirin. Kırmızı ve yeşilbiberleri ekleyip 3 dakika kadar kavurun. Mantarları, ezilmiş sarımsakları, tuz ve karabiberle tatlandırıp bu karışıma ekleyip karıştırın. Biberlerin içlerine tavuk ve mantarları sarıp fırın tepsisine yerleştirin. 200 derecede 20 dakika pişmeye bırakın. Çıkartıp sıcak sıcak servis yapın.