



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİBERLİ TAVUK SARMA

400 gram tavuk eti
2 adet közlenmiş kırmızıbiber
2 çorba kaşığı domates salçası
2 çorba kaşığı zeytin ezmesi
3 adet sivri biber
1 çay bardağı zeytinyağı
Tuz, karabiber,
50 gram kaşar peynir rendesi
3 diş sarımsak

Öncelikle tavuk etlerini ince bir şekilde dövün. Kırmızı közlenmiş biberi de iri parçalar halinde doğrayın. Baharatları ve yağı üzerine ekleyip harmanlayın. Biberi ve zeytin ezmesini tavuk etinin üzerine yerleştirip sarıp tepsiye koyun. Ezilmiş sarımsakları, sivri biberi de fırın tepsisine yerleştirin. Üzerine domatesi, salçayı ve az miktarda suyu da ekleyip tepsiye dizin. 190 derecedeki fırında pişirip sıcak olarak servis yapın. Çıkınca sıcakken ikram edebilirsiniz.

