



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BÜTÜN TAVUK SARMA

- 1 adet bütün tavuk
- 2 adet havuç (küp doğranmış)
- 1 çay bardağı bezelye (haşlanmış)
- Tuz
- Karabiber
- Sıvıyağ
- 2 adet patates
- 2 adet yeşil soğan

Bütün tavuğu kasaptan alırken açtırın ve kemiksiz kalmasına dikkat edin. Tavuğun içine tuz ve karabiber ekleyin. İçerisine bezelyeleri ve havuçları ekleyip en baştan itibaren sıkıca sarın. Tavuğun üzerine sıvıyağ gezdirin ve mutfak ipiyle sıkıca bağlayın. 165 dereceye ayarlanmış fırında ortalama 1 - 1.5 saat iyice kızarana kadar pişirin. İpi kesip servis edebilirsiniz.

