



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA MEYANELİ TAVUK

1 adet tavuk
2 adet domates
2 adet biber
1 adet soğan
1 tatlı kaşığı tuz
5 çorba kaşığı sıvıyağ
Meyane için:
1 su bardağı soğuk su
1 tatlı kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı un
Yarım tatlı kaşığı tuz

Tavuk parçalara ayrılır. Soğan ince kıyılır, yağda pembeleştirilir. Üzerine iri doğranmış biber ve tavuk parçaları eklenir. Tavuk suyunu bırakıp çekince rende domates ve tuz eklenir. 5 dakika sonra ateşten alınır. Yemek bir fırın kabına dökülür. Diğer tarafta tereyağı ve un kavrulur. Üzerine su katılır, kıvam alana kadar pişirilir, tuz eklenir. Tavuğun üzerine dökülür. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 20 dakika pişirilir.