



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA PEYNİRLİ TAVUK

3 demet maydanoz
2 diş sarımsak
1 limon
1 yemek kaşığı çam fıstığı
200 gr rendelenmiş eski kaşar
1 çay bardağı yağsız yoğurt
1 çay bardağı krema
Tuz
Taze karabiber
1,5 kg lık tavuk
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1,5 çay kaşığı zencefil tozu

Orta boy bir tavuğun içini iyice yıkayıp, kurulayın. Üzerini deniz tuzu ve iri çekilmiş değirmen karabiber ile iyice ovalayın.

Bir limonun kabuğunu rendeleyin ve suyunu sıkın, üzerine 4 kaşık zeytinyağı ilave edip bu karışımı da tavuğun her yerine sürün.

Ayrı bir kapta 2 demet maydanozun üzerine 1 çay bardağı krema, 1 çay bardağı yoğurt, peynir, sarımsak, tuz, karabiber ve toz zencefili ilave edin ve iyice karıştırın. Bu harcı tavuğun içine doldurun ve açık yerleri kürdanla kapatın.

200 derece fırında 1 saat kadar pişirin.15 dakikada bir süzülen suyu kaşıkla tekrar tavuğun üzerine verin. Pişen tavuğu taze kişniş doğrayarak servis edin.

