



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

FIRINDA SANALI ÇITIR TAVUK

3 Yemek Kaşığı Sana Klasik Kase

1 Adet tavuk

1 Adet yağlı tavuk poşeti

2 Yemek Kaşığı yoğurt

1 Çay Kaşığı pul biber,kekik

4 Diş sarımsak

Tavuk yıkanır,tuzla ovulur.Bir kapta baharatlar, dövülmüş sarımsak,yoğurt,sana margarin ve salça konur.Blendir ile iyice karıştırılır,yarım bardak su konur.Tavuk bu sosa bulanır.Yağlı tavuk poşeti biraz unla sallanıp içine tavuk yerleştirilir.200 derece de üzeri nar gibi oluncaya kadar pişirilir.
