



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

FIRINDA SEBZELİ TAVUK

3 yemek kaşığı (105 gr) Bizim Yağ
2 adet havuç
7-8 adet patates
8-10 adet arpacık soğan
8 adet tavuk baget
1 tatlı kaşığı kuru kekik
½ limon suyu
1 yemek kaşığı köri
2 çay kaşığı tuz
1/2 çay kaşığı karabiber

Havuçları uzun olarak doğruyoruz. Patatesleri 2'ye veya 4'e bölüyoruz.

Arpacık soğanları soyuyoruz.

Erittiğimiz Bizim Yağ'ı ve tavuk butlarını fırın kabına alıyoruz ve kalan tüm malzemeleri kabin içine alıp hep birlikte harmanlıyoruz.

Fırın kabının üzerini alüminyum folyo ile iyice kapatıyoruz. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 40 dakika pişiriyoruz.

Piştikten sonra üzerinden folyoyu çıkartıp, 15-20 dakika daha fırında pişiriyoruz ve üzerini kızartıyoruz.

Not: Karışıma salçalı ya da domatesli sos ekleyerek yemeğinizin lezzetini arttırabilirsiniz.