



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## FIRINDA TAVUK KIZARTMASI

1 tavuk (1000 - 1200 gram)

8 bardak su

1/2 çorba kaşığı tuz

SALÇASI:

150 gram soğan (2 orta)

70 gram sadeyağı ya da margarin (3,5 çorba kaşığı)

1 kahve fincanı tuzsuz domates salçası

2 bardak tavuk suyu

1 Bir tencereye tüyleri yolunmuş, içi temizlenmiş, tütsülenmiş, yıkanmış ve ayakları gerisine geçirilmiş, 1 tavuk, 8 bardak su ile yarım çorba kaşığı da tuz koyarak tencereyi ateşe oturtmalı, suyun ısınmasıyla üstünde oluşmaya başlayan köpükleri bir delikli kepçe ile alıp attıktan sonra, tencerenin kapağını kapatmalı ve tavuk pişmiş bir hale gelinceye kadar ortadan az kuvvetteki ateşte haşlamak ve tencereyi ateşten alarak, tavuğu içinde kızartacak olduğumuz tepsiye yerleştirmeli ve bir tarafa bırakmalıdır.

2 Sonra bir kuşaneye; üç buçuk silme çorba kaşığı sadeyağı ya da margarin ile çentilircesine küçük kesilmiş 2 orta baş soğan koyarak soğanlar altın sarısı bir hal alıncaya kadar kavurmalı, sararınca; bun; lara hemen 2 bardak tavuk suyu, bir, bir çeyrek kahve fincanı tuzsuz domates salçası ile tuz da ilâve ederek, hepsini bir 5 dakika daha kaynatmalı, sonra bu domates ve soğanlı suyu bir süzgeçten geçirmelidir.

3 Sonra da, elde edilen bu domates salçalı suyu, tepsiye yerleştirmiş olduğumuz tavuğun üstüne dökerek, tepsiyi fırına sürmeli ve tavuğun bir tarafı iyice kızardıktan sonra, diğer tarafını çevirmek ve ikide bir de, tepsideki salçalı sudan olmak ve tavuğun üstüne gezdirerek tavuğu iyice kızartmak ve fırından almalıdır.

4 Daha sonra, tavuğu tepside çıkararak, kol, göğüs, sırt ve but olmak üzere parçalara ayırmalı, düzgün bir şekilde tabağa yerleştirdikten sonra üstlerine, tepsideki son kalan salçasını dökmek ve servis yapmalıdır.

