



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FIRINDA TAVUK KÖFTESİ

15 gr margarin  
300 gr tavuk eti  
2 diş sarımsak  
1/2 demet maydanoz  
1 adet kırmızı biber  
1 adet karabiber  
1 tutam tuz

Tavuk eti robottan geçirilir. İçine yumurta, sarımsak rendesi, maydanoz, yağ, baharatları ve tuz atılıp yoğrulur. Yağlı kağıt olan fırın tepsisine kaşıkla koyulur ve 200 derecelik fırında 20 dakika pişirilir.

