



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRIN TAVUK

<https://yemek.name>

200 gram Tavuk (derisiz)
1 adet kuru soğan
1 diş sarımsak
1 adet domates
1 adet sivri biber
Tuz

Fırın poşetine piyazlık doğranmış soğan, ince doğranmış biber, rendelenmiş domatesi ve Tavuğu ekleyerek ağzını kapatın.

1 saat kadar 180 dereceye ısıtılmış fırında pişirin.

Torbanız şiştiğinde üzerine bir kaç delik açın.

Not: Yanında bol yeşillikten oluşan bir salata ve sade bulgur pilavı ile yemenizi öneririm.
