



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA BÜTÜN TAVUK

1 bütün tavuk, yıkanmış ve kurutulmuş

Köri tozu

Kırmızı biber

Beyaz biber

Limon suyu

Himalaya tuzu

Tereyağı

Taze brokoli (isteğe bağlı)

Tavuğun her tarafını baharatlar ile sıvayın. Tuzu da unutmayın. Taze limon suyunu da sıkıp işlemi bitirin. Bu şekilde yaklaşık bir saat buzdolabında bekletin. Daha sonra yağlı kağıt serili tepsiye yerleştirip üzerine tereyağ parçaları ile kapatın. Sonra üzerine folyo kapatmadan 190 derecede pişirin.

Not: Pişmeye yakın 5-6 dk. kala brokoli çiçekleri de koyabilirsiniz.

