



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA TAZE SARIMSAKLI TAVUK KÖFTE

<https://www.elele.com.tr>

2 parça tavuk göğüs eti
8 dal taze sarımsak
Yarım demet maydanoz
2 kırmızı kapa biberi
1 çay bardağı zeytinyağı
Zerdeçal
Tuz
Karabiber
Kırmızı pul biber
Üzeri için:
Taze kekik

Tavuk göğüs etlerini mutfak robotundan geçirip kıyma haline getirin ve geniş bir kaseye alın. İnce kıydığınız taze sarımsak, maydanoz ve kırmızı kapa biberi ilave edip karıştırın. Zeytinyağını ekleyip tuz ve baharatlarla tatlandırarak yoğurun. Harcı yağlı kağıt serili fırın tepsisine bastırarak yayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin. Dilimleyip taze kekik ile süsleyerek sıcak servis yapın.

