



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA YOĞURTLU KÜMES ETİ

- 1 adet bütün tavuk
- 1 kase süzme yoğurt
- 2 adet yumurta
- 2 çorba kaşığı un
- 1 su bardağı tavuk suyu
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı karabiber

Tavuk porsiyonluk parçalara ayrılır ve haşlanır. Sonra süzgece çıkarılır. Suyu iyice süzülünce hafif yağlanmış bir fırın kabına yerleştirilir. Diğer yanda yoğurt, tavuk suyu, yumurtalar, un ve karabiber pürüz kalmayana kadar çırpılır. Kesilmemesi için en son tuz ilave edilir. Karışım tavuğun üzerine gezdirilir. 180 derece fırında üzeri kızarana kadar pişirilir.