



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNCİRLİ TAVUK

4 adet tavuk göğüs eti
20 gr İçim Tereyağı
8 adet incir, kök kısımları kesilip dörde bölünmüş
4 adet renkli biber (kırmızı sarı)
120 ml su
100 ml üzüm sirkesi
1 tatlı kaşığı limon kabuğu,
Tuz ve karabiber

Fırını 180 derecede önceden ısıtın. Sos tenceresinde incirleri, su, sirke, karabiber ve limon kabuklarıyla birlikte karıştırarak kaynatın. Ocaktan alın ve limon kabuklarını çıkarın. Tavukların üzerini İçim Tereyağı ile yağlayın. Yağlı kağıt serilmiş fırın tepsisine dizin. Renkli biberleri kalın şeritler halinde doğrayın ve tavukların yanına dizin. Yaklaşık 40 dakika tavuklar kızarana kadar tepsiyi fırına verin. Fırından çıkarın ve 2 dakika dinlendirin. Tavukları küçük dilimler halinde doğrayın. İncir sosuyla birlikte, etrafını fırınlanmış renkli biberlerle süsleyerek servis edin. Dilerseniz üzerine birkaç tane dilimlenmiş kuru veya taze incir serpebilirsiniz.

