



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARA TAVUK BONFİLE

Malzemeler:

1 paket tavuk bonfile

Tereyağı

Kekik

Bir kaç diş sarımsak

Tuz

Yapılışı:

Fırını ısıtınız. Fırın tepsisinin üstünü alüminyum folyo ile kaplayınız. Tavuk bonfilelerin her iki yüzüne de biraz, tereyağı sürünüz. Sarımsakları iyice dövünüz (veya toz sarımsak da kullanabilirsiniz). Her parçanın üstüne biraz sürünüz. Tavuk bonfileleri alüminyum folyonun üzerine yerleştirerek fırına koyunuz. Pişmesine yakın üstüne biraz tuz ve kekik serpiniz. Yanında patates püresi ve/veya mantarlı biber dolmasıyla servis edebilirsiniz.