



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KARNABAHAH PÜRESİNDE TAVUK

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

- 1 yemek kaşığı (15 mL) tereyağı
- 1 yemek kaşığı (15 mL) baharat
- 1/2 çay kaşığı (2 mL) tuz
- 1/8 çay kaşığı (0,5 mL) öğütülmüş karabiber
- 1 yemek kaşığı (15 mL) zeytinyağı
- 1 kg kemikli tavuk budu (4 adet)
- 1 büyük baş karnabahar, orta büyüklükte çiçeklere ayrılmış ve kesilmiş
- 4 diş sarımsak, preslenmiş
- 2 yemek kaşığı (30 mL) taze doğranmış maydanoz
- 2 yemek kaşığı (30 mL) rendelenmiş Parmesan

Baharat, tuz ve karabiberi küçük bir kaptaki birleştirin. Tavuğun her iki tarafını da baharat karışımıyla baharatlayın.

Yağı ve tereyağını orta ateşte 3-5 dakika ısıtın. Tavuğu derisi alta gelecek şekilde 4-5 dakika ya da tavuğun rengi kahverengi olana kadar kızartın. Tavuğu fırından çıkarın ve bir kenara koyun.

Karnabaharı ve preslenmiş sarımsağı Hollanda fırınına ekleyin ve birleştirmek için karıştırın. Üzerine tavuk koyup üzerini örtün. Yerleştirin ve 6 saat DÜŞÜK veya 3 saat YÜKSEK pişirin.

Tavuğu çıkarın. Karnabaharı bir kevgir içinde süzün ve tekrar fırına verin. Karnabaharı ezin ve tadına göre baharatlayın. Üzerine tavuk koyun. İstenirse, tavuk daha fazla kızarabilir: Hollanda fırınına 2-3 dakika YÜKSEK önceden ısıtılmış olarak yerleştirin. Üzerine kıyılmış maydanoz ve parmesan peyniri serpin.

