



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## KIP TANDOORI

(Hindistan usulu tavuk yemegi)

1 dl yoğurt  
6 tavuk budunun yere yakın kısmı  
6 gr kışnis tohumu  
3 diş sarmsak  
3 adet kırmızı biber(isteğe göre acı)  
3 gr kimyon  
2 çay kaşığı kırmızı toz biber(isteğe göre acı)  
2 yemek kaşığı margarin  
1,5 çay kaşığı hardal tohumu  
1 çay kaşığı cemen tohumu ya da tozu  
1 adet soğan  
1 adet limon  
1 çay kaşığı zerdeçal  
isteğe göre tuz

Tavuk butlarının derileri çıkarılır. Bir kabda limon, rendelenmiş soğan, sarmsak ve tuz konular, tavuklar buna bulanarak 2 saat bekletilir. Biberler yoğurt ve baharatlar karıştırılır, butlar bu karışım içine konularak bir gece bekletilir. Ertesi günü fırında ızgara ya da mangalda pisirilerek servis yapılır.