



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIRMIZI BİBERLİ TAVUK SARMASI

- 1 kg. kırmızı biber
- 1 çorba kaşığı silme tereyağı
- 3 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1/2 çay kaşığı karabiber
- 2 adet tavuk göğsü
- 1/2 su bardağı rendelenmiş eski kaşar peyniri
- 2 adet taze soğan
- Tuz

Biberlerin çekirdeklerini çıkarıp ikiye bölün ve tuzlu suda haşlayın. Tereyağı, rendelenmiş sarımsak, kimyon, karabiber ve tuzu karıştırın. Tavuk göğüslerini döverek inceltin. Biberlerin kabuklarını çıkarın. Yarısını tek kat olarak yayıp üzerine tavukları yerleştirin. Hazırladığınız tereyağlı karışımı tavuklara sürün. Üzerine rendelenmiş kaşar peynirini ekleyin. Kalan biberleri üzerine serip rulo yapın. Bir fırın tepsisine yerleştirip alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 30-40 dakika pişirin. Üstüne ince kıyılmış taze soğan serperek servis yapın.

