



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU DOMATESLİ IZGARA TAVA

8 adet Banvit Piliç Izgara Tava
1 çorba kaşığı zeytinyağı
4 adet taze soğan (iri doğranmış)
125 gr kuru domates (iri doğranmış)
1 çorba kaşığı kapari
100 ml piliç suyu
1 tatlı kaşığı kekik
1 çorba kaşığı fesleğen
90 gr tereyağı

Zeytinyağını ısıtın. Etlerin her iki yüzünü, hızlı ateşte 3'er dak. pişirip, bir fırın kabına yerleştirin. Üzerini iki katlı alüminyum folyo ile iyice kapatın. Önceden ısıtılmış 180°C fırında, etler yumuşayınca kadar yaklaşık 10-15 dak. pişirin.

Aynı tavaya soğan, kuru domates, kapari, piliç suyu, kekik ve fesleğeni koyup, hızlı ateşte kaynama noktasına kadar ısıtın. Tereyağını ilave edip hızlıca karıştırarak sos koyulaşınca kadar ısıtın. Etlerin üzerine sos gezdirerek ve arzu ederseniz sotelenmiş sebzelerle birlikte servis yapın.

