



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANGAL MARİNELİ TAVUK HAŞLAMA

1 adet tavuk
1 adet ufak soğan
Yarım limon
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz
4 su bardağı su

Tavuk parçalara ayrılır. Üzerine rendelenmiş soğan, limon suyu, zeytinyağı ve tuz ilave edilir, iyice karıştırılır. Üzeri streç filmle kapatılır. En az bir gece buzdolabında bekletilir. Ertesi gün düdüklü tencere orta ateşe yerleştirilir, ısınınca tavuk parçaları atılır. İki yüzü kızarıncaya sıcak su ilave edilir. Kapak kapatılır, pım çıktıktan sonra ateş kısılır ve 10 dakika pişirilir.