



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PASTIRMALI TAVUK

### Malzeme

4 adet tavuk but  
8 dilim pastırma  
3 adet domates  
3 dal taze soğan  
3 diş sarımsak  
2-3 dal maydanoz  
1 limon kabuğu rendesi  
2 çorba kaşığı limon suyu  
4 çorba kaşığı Altın Hasat Zeytinyağı  
1 çorba kaşığı kekik, biberiye ve adaçayı karışımı  
Tuz  
Karabiber

### Hazırlanışı

Maydanozu yıkayıp kıyın, sarımsakları ezin.

Geniş bir kapta 2 çorba kaşığı zeytinyağı, sarımsak, maydanoz, tuz, karabiber, limon kabuğu rendesi ve baharatları karıştırın.

Tavuk etlerini derin bir fırın kabına alıp, hazırladığınız karışımı üzerine dökün.

Marine olması için yarım saat bekletin.

Taze soğanları temizleyip, doğrayın.

Domatesleri soyup küp küp doğrayın.

Kalan 2 çorba kaşığı zeytinyağında soğanları sote edin.

Domatesleri ekleyip sos kıvamını alıncaya kadar pişirin.

Sosu etlere ilave edip, önceden ısıtılmış 170 dereceli fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin. Pişince tepsiyi fırından çıkarın.

Her bir etin ortasını ve kemikli kısmını pastırma dilimleri, ucunu ise alüminyum folyo ile sarın.

Tekrar fırına verip, 5 dakika daha pişirin.