



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PASTIRMALI TAVUK YARMA

3 adet tavuk göğsü fileto
1 su bardağı süt
1 diş sarımsak
1/2 su bardağı tel peynir
1/3 su bardağı krem peynir
1'er dal maydanoz, dereotu, nane
Karabiber
Tuz
6 adet çemensiz pastırma
2 yemek kaşığı margarin

Tavuk filetoları kapaklı bir kabın içine yerleştirilip, üzerine rendelenmiş sarımsak ve süt ilave edilerek marine edildikten sonra kabın kapağı kapatılarak bir gece dinlendirilir.

Fırın 200 dereceye ayarlandıktan sonra marine edilmiş filetoların her birini keskin bir bıçak ile yanlamasına yarın.

Tel peynir, krem peynir, yeşillikler, tuz ve bir tutam karabiber bir kasede karıştırılır ve üç eşit parçaya bölünür.

Filetolarda meydana getirilen yarıklara kaşık yardımı ile bu karışım doldurulur. Ardından yarıkların üzerlerine hafif bastırılarak kapatılır.

Her filetoyu iki pastırmayla kapladıktan sonra fırın tepsisine alınır. Margarin üzerlerine bir fırça yardımı ile sürüldükten sonra taze ve iri çekilmiş renkli tane biberler serpilir. 25-30 dakika fırınlanan filetoların üzerine ara sıra fırçayla yağ sürmeye devam edilir. Arzuya göre patates ve yeşil salata eşliğinde servis edilir.

