



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARIMSAKLI TAVUK KÖFTE

- 8 dal taze sarımsak
- 2 adet bütün tavuk göğsü
- 1 demet maydanoz
- 2 adet kırmızı biber
- 1 kahve fincanı sıvı yağ
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 tatlı kaşığı tuz

Tavuk etini mutfak robotundan geçirip kıyma haline getirin.
Üzerine kıyılmış taze sarımsak, maydanoz ve kırmızı biber ekleyip karıştırın.
Sıvı yağ, karabiber, pul biber ve tuz ilave edip iyice yoğurun.
Harcı fırın tepsisine bastırarak yerleştirin.
Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin.
Dilimleyip servis yapın.

