



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SARIMSAKLI TAVUK ŞİŞ

400 gr ızgaralık tavuk eti
1 demet maydanoz
Tuz
Karabiber
4 adet tahta şiş
4-6 diş sarımsak
4 adet mantar
15 gr LUNA (1 çorba kaşığı)

Tavuk etini kasabınıza incecik dövdürün. Maydanozu kıyıp, Luna, tuz, karabiber ile karıştırın. Tavuk dilimlerinin üzerini bu karışımla tamamen sıvayıp, sıkı sıkı sararak rulo yapın. Rulodan bir santim kalınlığında dilimler kesin. Tavuk dilimlerini küçük tahta şişlere geçirin. Aralara diş diş sarımsak, mantar yerleştirin ve fırın ızgarasında veya çok hafif yağladığınız tavada pişirin.

Not: Izgarada pişirdiğiniz yiyecekleri zaman zaman yağlamak gerekir. Bu iş için elinizin altında fırça yoksa veya pek çok fırça sentetik olduğu için ısıya dayanmadığından, en iyi çare biberiye veya taze kekik dallarından oluşturacağınız tabii ve hoş kokulu bir fırça imal etmektir. Kullandığınız tahta şişleri, özellikle mangal ateşinde yanmalarını engellemek için malzemeyi şişe geçirmeden önce, suda bekletin. Islanan tahta, yiyecekler tamamen pişene kadar ısıya rahatça dayanabilecektir. Şiş hazırlarken domates, soğan, mantar, biber yerine; muz, ananas, kayısı gibi meyvelerin dilimlerini de tavuk, et gibi yiyeceklerin aralarına yerleştirebilirsiniz.

