



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ TAVUK BUĞULAMA

1 bütün tavuk
2 adet domates
2 adet patates
2 adet patlıcan
2 adet biber
2 adet havuç
2 adet kabak
10 adet taze fasulye
2 tane soğan
Yarım bardak ayçiçek yağı
Tuz
Biber
Maydanoz

Tavuęu kemikli doğrayıp bir tencereye koyun. Patatesi, patlıcanı, biberi, havucu, kabağı, soğanı, domatesi soyun. Durumlarına göre doğrayın. Taze fasulyeyi ince ince kıyın. Tuzunu, biberini, yağını katarak hepsini karıştırın. Tavuklara katıp ağzını sıkı kapatın. 45 dakika pişirin. 30 dakika açmadan dinlendirin. Sıcak servis yapın. Yanına cacık ve pilav güzel olur.