



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA TAVUK KÖFTESİ

300 gr. tavuk eti
1 yumurta
2 diş sarımsak
2 yemek kaşığı yağ
1/2 demet maydanoz
Kırmızı biber
Karabiber
Tuz

Tavuk eti robottan geçirilir. İçine yumurta, sarımsak rendesi, maydanoz, sıvı yağ, baharatları ve tuz atılıp yoğrulur. Yağlı kağıt olan fırın tepsisine kaşıkla koyulur ve 200 derecelik fırında 20 dakika pişirilir.

