



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK ŞİŞ

Milli Eğitim Bakanlığı
Aile ve Tüketici Hizmetleri
Ankara 2011

2 adet tavuk göğüs eti
1 çay kaşığı kırmızı pul biber
4-5 yemek kaşığı zeytinyağı
2-3 çorba kaşığı süt
1,5 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı kekik
Alüminyum folyo
Tahta şişler

Tavuk göğüs etleri yıkanıp küçük kareler şeklinde doğranır.
Zeytinyağı, süt, pul biber, tuz ve kekikle karıştırılıp tavukların üzerine dökülür.
Bu terbiye içerisinde tavuk göğüs etleri bir saat kadar buzdolabında bekletilir.
Şişlerin her birine sıralı hâlde tavuk göğüs eti, domates ve biber dilimleri dizilir.
Şişlerin sap kısımları alüminyum folyo ile sarılır.
220 derece fırında veya ızgara üzerinde pembeleşinceye kadar pişirilir.

