



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK ŞİŞ

1 kilogram tavuk pirzola
Yarım ay bardağı sıvı yağ
1 yemek kaşığı domates salçası
3 yemek kaşığı yoğurt
4-5 diş sarımsak
Kimyon
Kekik
Tuz

Sıvı yağ, salça, yoğurt, sarımsak, tuz ve baharatları bir kaba alın ve güzelce karıştırın.
Daha sonra etleri kuşbaşıından biraz iri doğrayın ve hazırladığınız sos ile güzelce karıştırın.
2 saat kadar dinlenmesi için etleri buzdolabına kaldırın.
Daha sonra dinlendirdiğiniz etleri şişe dizin ve yağlı kağıt serilmiş fırın tepsisine dizin.
Şişlerinizi fırında 180 derecede ara ara çevirerek pişirin.