



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK TAS KEBAP

- 1 kg tavuk kuşbaşı
- 1 adet soğan
- 2 diş sarımsak
- 1 çorba kaşığı domates salçası
- 5 çorba kaşığı sıvıyağ
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 2 adet kızartılmış patates

Tencereye sıvıyağ ve tavuk eti konur, suyunu salana kadar kavrulur. İnce kıyılmış soğan ve sarımsak eklenir. 5-6 dakika sonra salça, tuz ve et suyu katılır. Kapak kapatılır, 20 dakika pişirilir. Kızarmış patates eşliğinde sofraya getirilir.