



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU MARAŞ TAVA (KAHRAMANMARAŞ)

500 gram kemiksiz tavuk budu
1 kg patlıcan
2 adet soğan
6 adet sarımsak
4 adet sivri biber
3 adet domates
Sosu için;
1,5 yemek kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı pul biber
1 çay bardağı su
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz

Tavuk etini küçük kuşbaşı şeklinde doğrayın.

Patlıcan, domates, biber ve soğanları da küp küp doğrayın.

Fırın tepsisinin en altına eti, sonrasında sırasıyla soğan, sarımsak, patlıcan, domates ve biberleri üst üste yerleştirin.

Ardından salça, zeytinyağı, pul biber, tuz ve su ile sos hazırlayın ve yemeğin üzerine gezdirin.

Bir saat üzeri folyo ile kaplı bir şekilde 200 derecelik fırında pişirin.

Ardından folyoyu açıp sebzelerin kızarması için yarım saat daha kontrollü bir şekilde pişirin.

Maraş tava yemeğinizi pilav veya lavaş ile sıcak sıcak servis edin.

