



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA TAVUKLU ORMAN KEBABI

- 2 Adet soğan
- 1 Yemek Kaşığı domates salçası
- 2 Adet patates
- 2 Adet domates
- 3 Adet sivri biber
- 3 Adet havuç
- 2 Parça tavuk göğsü
- 1 Su Bardağı bezelye
- 2 Yemek Kaşığı margarin

Bir tencereye margarinini koyup küp doğradığımız soğanları ekleyip kavuralım ve yine küp doğranmış tavuk etimizide ekleyip birkaç dk. kavuralım. Diğer malzemeleri de ekleyip biraz karıştırdıktan sonra tencereyi bir fırın tepsinine boşaltalım ve üzerine 1 su bardağı sıcak su gezdirelim sebzeler yumuşayınca kadar 200 dereceli fırında pişirelim.