



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE FASULYELİ PİLİÇ

1500 gr Banvit Bütün Piliç
500 gr taze fasulye (kenarları temizlenmiş, her biri 3 cm uzunluğunda kesilmiş)
500 gr taze patates (2'ye veya 4'e kesilmiş)
250 gr kiraz domates (2'ye kesilmiş)
4 çorba kaşığı hardal tohumu
Tuz, tane karabiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Pilice tuz, tane karabiber ve hardal tohumunu serpin. Parmak uçlarınızla hafifçe ovuşturarak her tarafına bulayın.

Pilici, sebzeler ile birlikte alabilecek bir fırın kabına yerleştirin. Kenarlarına sırasıyla patates, taze fasulye ve domatesleri yerleştirin. Üzerini iki katlı alüminyum folyo ile hava almayacak şekilde iyice kapatın.

Önceden ısıtılmış 160 °C fırında

90 dakika pişirin. Alüminyum folyoyu alıp, pilicin üzeri altın sarısı renk alıncaya kadar, yaklaşık 30 dakika daha pişirin.

Fırından çıkarıp, 5-10 dakika dinlendirin. Arzu ederseniz maydanoz serperek servis yapabilirsiniz.

