



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERBİYELİ TAVUK ŞİŞ

600 gram tavuk kuşbaşı

1 soğan

4 diş sarımsak

1 çay bardağı zeytinyağı

1 çorba kaşığı kekik

1 çorba kaşığı kırmızı pul biber

1 çorba kaşığı sirke

Bir kabın içinde, kırmızıbiberi, kekiği, sirkeyi ezilmiş sarımsakları ve rendelenmiş suyu sıkılmış soğanın suyunu ekleyip iyice karıştırın. Bu karışımın içine küçük doğranmış tavuk etlerini ilave ederek üzerini kapatın. 1 saat kadar bu terbiyenin içinde bekletin. Daha sonra şişlere geçirin ve az yağlı tavada çevirerek pişirin.

Not: İstenirse ızgarada da pişirebilirsiniz.