



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TORBADA TAVUK FIRIN

1 adet tavuk  
1 limonun suyu  
2 orba kaşığı un  
tuz  
karabiber  
1 adet fırın torbası

Tavuđun içi ve dıŐı tuz ve limon suyu ile ovulur. 1 kaŐık un ve karabiber tavuğun üzerine serpiŐtirilir. Kalan bir kaŐık un torbanın içine konulup silkelenir. Daha sonra tavuk torbanın içine düzgünce yerleŐtirilip torbanın ağzı bağlanır. Torba fırın tepsisine yerleŐtirilip birkaç yerinden delinir. zeri nar gibi kızarana kadar 200 derecede piŐirilir.