



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURT MARİNELİ TAVUK

2 su bardağı Sütüş Kaymaksız Yoğurt
6 adet kemiksiz tavuk kalça eti
Yarım tatlı kaşığı kimyon
1 adet limonun rendelenmiş kabuğu
1 çay kaşığı zerdeçal
1 adet sarımsak
4 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber

Sütüş Kaymaksız Yoğurtu derin bir kaba alın, üzerine tuz, zerdeçal, kimyon, limon kabuğu rendesi, karabiber, rendelenmiş sarımsak ve zeytinyağı ilave edip elinizle karıştırın. Tavukları 30 dakika kadar bu karışımda bekleterek marine edin. Marine ettiğiniz tavukları fırın poşetine alın. 200 dereceye ayarlamış fırında 35 dakika pişirin. Daha sonra fırın poşetinden çıkarıp 10 dakika daha pişirin. Yoğurt Marineli Tavuğunuz servise hazırdır.

Not: Yoğurt Marineli Tavuğunuzun üzerine dilerseñiz dereotu serpebilir, yanında Sütüş Cacık ile servis edebilirsiniz. Sütüş Kaymaksız Yoğurt yerine Sütüş Sarımsaklı Yoğurt kullanabilirsiniz.