



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Fırında Yoğurtlu Tavuk Göğsü



Süre: 55 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 25 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 30 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 700 g tavuk göğsü
- 1 su bardağı yoğurt
- 2 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı kekik
- 1 çay kaşığı kırmızı toz biber
- 1/2 çay kaşığı kimyon
- Tuz
- Karabiber

Alerjen Uyarısı:

△ **İçerir:** Süt ve süt ürünleri.

Ön Hazırlık:

Fırını önceden ısıtın; sebzeleri eşit büyüklükte hazırlayın ve yıkanan malzemelerin fazla suyunu alın. Böylece tepside buhar birikmez, malzemeler haşlanmak yerine dengeli biçimde kızarır.

Servis Önerisi:

Fırın sebzeleri ve bulgur pilavıyla sıcak servis edin.

Yapılışı:

1. Marineyi hazırlayın:

- Yoğurt sarımsak salça yağ ve baharatları pürüzsüz karıştırın.
- Karışımı tadı dengeli dağılana kadar çırpın; yoğurt ve salçanın topak kalmamasına dikkat edin.



2. Tavuğu dinlendirin:

- Tavukları eşit kalınlıkta hazırlayıp marinada en az yirmi dakika bekletin.
- Kabın üzerini kapatın ve bekletme işlemini buzdolabında yapın; pişirmeden kısa süre önce çıkararak aşırı soğukluğunun geçmesini bekleyin.

3. Tepsie yerleştirin:

- Tavukları sosuyla tek kat halinde fırın kabına dizin.
- Sosu orta-kısık ateşte ve sürekli karıştırarak hazırlayın. Kaynatıp kesilmesine veya fazla koyulaşmasına izin vermeden diğer malzemeye birleştirin.

4. Fırında pişirin:

- Tavuk tamamen pişip yüzeyi kızarana kadar kontrollü biçimde pişirin.
- Pişme süresinin son bölümünde kontrollü ilerleyin. Üst yüzey erken renk alırsa kabı gevşekçe yağlı kağıtla örtün; gerekirse son birkaç dakikada üzerini açın.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Tavuk veya hindi parçalarının en kalın yerini kontrol edin; içi pembe kalmamalı ve çıkan su berrak olmalıdır. Gıda termometresi kullanıyorsanız merkez sıcaklığı en az 74°C olmalıdır.

>> **İpucu:** Tavuk göğsünü eşit kalınlığa getirmek kurumadan aynı anda pişmesini sağlar.

Kiraz'ın
Mutfağı