



KIRAZ'IN  
MUTFAĞI



## Izgara Tavuk Göğüs



**Süre:** 35 Dakika dk

### **Tarif:**

>> **Hazırlık Süresi:** 10 dakika

>> **Pişirme Süresi:** 15 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 2-3 kişilik

**Süre Notu:** 10 dakika marine, 10 dakikalık aktif hazırlık ve yaklaşık 15 dakika pişirmeye eklenir; kısa servis dinlenmesi hariç planlama yaklaşık 35 dakikadır.

### **Malzemeler:**

- 2 adet tavuk göğüs
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 çay kaşığı toz biber
- 1 yemek kaşığı limon suyu

### **Ön Hazırlık:**

Izgara tavuk göğüslerini benzer kalınlığa getirin; kalın kısımları yatay keserek inceltebilirsiniz. Marine karışımını hazırlayın ve tavukları 10 dakika buzdolabında bekletin.

### **Servis Önerisi:**

Pişen tavukları kısa süre dinlendirip dilimleyin. Izgara sebze veya yeşil salatayla servis edin.

---

### **Yapılışı:**

#### **1. Marine:**

- Zeytinyağı, limon suyu ve baharatlarla tavukları harmanlayın. Üzerini kapatıp buzdolabında 10 dakika bekletin.

#### **2. Pişirme:**

- Izgara veya tavayı önceden ısıtın; yağı dumanlandırmayın. Ardından tavukları 6-7 dakika bir yüz, 5-6 dakika diğer yüz pişirin.

### **Pişme ve Kıvam Kontrolü:**



**KIRAZ'IN  
MUTFAĞI**

Yüzeyin kızarması tek başına yeterli değildir. Gıda termometresini en kalın bölüme batırarak iç sıcaklığın en az 74°C olduğunu kontrol edin; parçanın kalınlığı verilen tava süresini değiştirebilir.

Kiraz'ın  
Mutfağı