



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتاي لذیذ المتواضع من وصفات الأكل

خضروات دجاجي في الفرن Fırında Sebzeli Tavuk



٤ أعداد ساق دجاج
١٥ أعداد فاصوليا
٢ عدد بطاطس
١ عدد يقطين
٤ أعداد فلفل حاد
١ عدد طماطم
١ عدد باذنجان
٢ ملعقة حلو ملح
٥.١ ملعقة حساء طحين
١ كوب شاي حليب
١ ملعقة حساء معجون
١ فنجان قهوة زيت سائل

ينظف الفاصوليا , بطاطس , يقطين , باذنجان , فلفل , ويقع على نفس الكبر
يؤخذ الخضروات على وعاء محفورة ويوضع عليها معجون , حليب , طحين , ملح , وسخلط بشكل غير مزج الخضار
يقص ٥٠ سم المنيوم فليو على ٤ أجزاء
يوضع شرائح الطماطم على ٤ أجزاء على ٤/١ فليو وعليها خضار المخلط ٤/١ وعليها ١ عدد من ساق دجاج
عندما وضع هذا المواد على فليو يلف على شكل حزمة , ويوضع في فرن تبسي
ويحضّر غير ٣ أجزاء في نفس الشكل
ويطبخ في الفرن ١٩٠ درجة حوالي ١ ساعة وتقدم وهي ساخنة

ملاحظة : يمكن احضار هذا الطعام بالاستعمال خضروات الشتاء (مثل جزر , الكراث , قرنبيط وغيرها)