



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATES SOSLU, ZENCEFİLLİ PİLİÇ IZGARA

4 kişilik

Gerekli malzeme:

4 piliç göğsü

1 soğan

1 çay bardağı sıvıyağ

1 çay kaşığı karabiber

1 tatlı kaşığı zencefil

1 çay kaşığı kırmızı tozbiber

Tuz

Domatesli sos için:

1 soğan

1 çorba kaşığı zeytinyağı

1-2 diş sarımsak

1 su bardağı doğranmış domates

1 çorba kaşığı kapari

1 çay kaşığı kekik

Soğanın kabuğunu soyup rendeleyin. Suyunu süzüp ayırın. Soğan suyu, sıvıyağ, karabiber, zencefil ve kırmızı tozbiberi bir kapta iyice karıştırın. Tavuk etlerini ilave edip üzerini folyo ile kapatın. Etleri bu sosta 2-3 saat dinlendirin.

Domatesli sos için, soğan ve sarımsakları soyun. Soğanı küp küp doğrayın. Sarımsakları kıyın. Bir tavada zeytinyağını ısıtıp soğan ve sarımsakları kavurun. Domatesleri ekleyip suyunu çekinceye kadar kısık ateşte pişirin. Ocaktan alıp kapari ve kekiği ilave edin.

Tavuk etlerini ızgarada ya da teflon tavada yağsız olarak pişirin. Servis tabağına alıp domatesli sosu üzerine gezdirin.

[ML® Domatesli Tavuk için tıklayın](#)