



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAŞHAŞLI PİLİÇ

6 adet Banvit Piliç Göğüs Bonfile
50 gr tereyağı
2 diş sarımsak (dövülmüş)
500 ml tavuk suyu
1,5 çorba kaşığı haşhaş tohumu
50 gr kurutulmuş domates (ince kıyılmış)
6 adet taze soğan (ince kıyılmış)

Büyük bir tavada tereyağını eritin, sarımsağı katıp karıştırarak 1 dak. pişirin. Etleri ilave edin, hızlı ateşte her iki yüzleri altın sarısı renk alıncaya kadar yaklaşık 3'er dak. pişirin. Ateşi kısın üzerine kapak kapatın ve etler arzu ettiğiniz kıvamda oluncaya kadar veya 7-8 dak. daha pişirip, tavadan alın. Etleri çıkarttığınız tavaya, tavuk suyunu koyup karıştırarak kaynatın. Ateşi kısıp üzeri açık olarak 5 dak. ağır ağır kaynatın. Haşhaş tohumu ve soğanı ilave edin. Pişirdiğiniz etlerin üzerlerine hazırladığınız sosu dökerek, servis yapın.

