



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HURMALI ARMUTLU TAVUK SOTE

<https://migros.com.tr>

2 adet tavuk göğsü
2 adet kapy biberi
2 adet çarliston biberi
1 adet soğan
4 adet armut
1 çay kaşığı tarçın
1/2 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı zerdeçal
1/2 çay kaşığı kuru kekik
1/2 kase hurma
Tuz
3 yemek kaşığı zeytinyağı

1. Kuru soğanı piyazlık doğrayın.
2. Biberleri uzunlamasına doğrayın.
3. Armutları dörde bölün.
4. Tavukları küp küp doğrayın.
5. Soğanı zeytinyağında 1-2 dakika kavurun, ardından biberleri ekleyin.
6. Daha sonra tavukları ekleyin ve sotelemeye devam edin.
7. Baharatları ekleyin.
8. Armutları ve hurmayı ayrı bir tavada soteleyin ve tarçın ekleyin.
9. Daha sonra tavuklar pişince armut ve hurmaları da ekleyip karıştırın ve servis edin.

