



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖRİ SOSLU TAVUKLU KIZARMIŞ PİLAV

www.asyagurme.com

2.5 Su Bardağı Sade Pilav , (veya 300gr)
150 Gram Tavuk Göğüs, Kuşbaşı doğranmış
1 Adet Havuç (Küçük Boy), Küp kesilmiş
1 Adet Kırmızı Biber, Küp kesilmiş
1 Adet Yeşil Biber, Küp kesilmiş
1 Adet Soğan (Küçük Boy), Küp kesilmiş
1 Çay Kaşığı Sarımsak Ezmesi
2 Yemek Kaşığı Köri Sosu
1 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı
3 Yemek Kaşığı Kuru Üzüm
Marine için:
1 Çay Kaşığı Susam Yağı
½ Çay Kaşığı Mısır Nişastası

Bir kasede kuşbaşı doğranmış tavukları, susam yağı ve mısır nişastası ile iyice karıştırın. Hazırladığınız karışımı 20 dakika kadar buzdolabında bekletin.
Ayçiçek yağını wok tavada ısıtın. Küp doğranmış soğanları ve sarımsak ezmesini ilave edip, aroması çıkana dek yaklaşık 2 dakika orta dereceli ateşte soteleyin.
Marine edilmiş tavukları wok tavaya ilave edin ve 3 dakika kadar soteleyin. Ardından küp doğranmış biberleri ve havuçları ilave edip, 1-2 dakika daha sotelemeye devam edin.
Son olarak pilavı ve köri sosunu ilave edin. Tüm malzemeler iyice karışana dek yüksek ateşte 1-2 dakika çevirip, ocağın altını kapatın. Üzerine kuru üzüm serpiştirerek servis edin.

