



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ TAVUK SOTE

<https://www.sozcu.com.tr>

Yarım tavuk göğsü
Yarım kupa biber
1 küçük boy domates
Ufak boy soğanın yarısı
Kimyon
Karabiber

Soğanı küp küp doğrayın ve biberi rendeleyin. Geniş bir tencereye zeytinyağı dökün ve önce soğanları sonra da biberleri tencereye ekleyip kavurun. Malzemeler yumuşadığında tencereye tavuğu ekleyin, birkaç dakika sonra domatesi küp küp keserek tencereye atın ve karıştırmaya devam edin. Soteleme tamamlandığında tencereye su ekleyin ve pişirmeye bırakın. Baharatları da ekledikten sonra tavuğun piştiğinden emin olun ve soğumaya bırakın.

