



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TATLI EKŞİ SOSLU TAVUKLU NOODLE

www.asyagurme.com

½ Paket Egg Noodle, (150-200 gram)
200 Gram Tavuk Göğüs, İnce dilimlenmiş
1 Çay Bardağı Kaju Fıstığı
100 Gram Soya Filizi
2-3 Dilim Ananas, Küp kesilmiş
1 Adet Domates, Küp kesilmiş
2 Diş Sarımsak, İnce kıyılmış
6 Yemek Kaşığı Tatlı Ekşi Sos
1-2 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı

Bir tencerede yeterli ölçüde su kaynatın. Kaynayan suya noodleları atın ve 5 dakika haşlayın. Noodleların suyunu süzüp, soğuk sudan geçirin ve bir kenarda bekletin.

Wok tavada ayçiçek yağın ısıtın. İnce kıyılmış sarımsakları ilave edin ve yaklaşık 1 dakika aroması çıkana dek soteleyin. Ardından dilimlenmiş tavukları wok tavaya ilave edin ve hafif renk alana dek yüksek ateşte 3-4 dakika soteleyin.

Tavuklar piştikten sonra ananasları, kaju fıstıklarını, soya filizlerini ve domatesleri wok tavaya ilave edip, 2-3 dakika kadar soteleyin. Üzerine 6 yemek kaşığı tatlı ekşi sosu dökün ve kaynamaya bırakın. Sos kaynayınca noodleları ilave edin ve yaklaşık 2-3 dakika karıştırarak pişirdikten sonra ocağın altını kapatın. Sıcakken servis edin.

