



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ACILI TAVUK VE PİRİNÇ

MALZEMELER

2 su bardağı haşlanmış pirinç
2 çorba kaşığı soya yağı
4 adet tavuk göğsü (temizlenmiş)
2 çorba kaşığı un
1 su bardağı kesilmiş kereviz
1/2 su bardağı kesilmiş soğan
1/4 su bardağı taze maydanoz
Yarım kilo taze domates (kabukları soyulmuş ve küp şeklinde doğranmış)
1/4 veya 1/2 çay kaşığı kırmızı biber
1 su bardağı domates sosu

HAZIRLANIŞI

Bir tencerede yağı kızdırıp tavuk göğüslerini kızartın. Etler pişince bir kenara alın. Ayrı bir tavada yağı kızdırıp unu esmerleşene kadar kavurun. Kereviz, soğan ve maydanozu ilave edip 15 dakika daha kavurun. İçine domates, biber, domates sosu ve kızarmış olan tavuk etlerini ilave edip 5-10 dakika kadar daha kavurun. Sıcak pilav üzerinde servis yapın.