



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AHUDUDULU TAVUK GÖĞSÜ

- 1 adet tavuk göğsü
- 1 adet küçük boy soğan
- 1 tatlı kaşığı bal
- 1 tatlı kaşığı sirke
- 3 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- 2 yemek kaşığı ahududu

Tavuk tuz ve karabiber ile lezzetlendirip az yağlı tavada arkalı önlü üçer dakika pişirilir. Soğan minik minik doğranıp tavaya alınır, hafif kavrulur. İçine bal, sirke, biraz su ve ahududu eklenip kaynamaya bırakılır. Tavuk göğsü jülyen doğranıp ahududulu karışıma eklenir. Suyunu hafif çekene kadar bekletilip servis edilir.

Not: İsteğe bağlı altına kuskus da haşlayabilirsiniz.