



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

AİJAIM SEİTAN

- 3 Yemek Kaşığı Sana Klasik
- 3 Adet organik tavuk uyluğu
- 1 Aldığı kadar tuz
- 1 Tutam şeker
- 2 Diş sarımsak
- 1 Yemek Kaşığı hardal
- 2 Adet soğan
- 1 Yemek Kaşığı Sambal Oelek sos (herhangi bir acı sosta olabilir)
- 0,5 Adet limon

Sezonunda olan tavuğun uyluklarını tuz ve hardalla iyice harmanlayın, buzdolabına kaldırın rulo olarak sardıktan sonra pişirmeye hazır hale gelene kadar bekletin. Limon suyunu hazırlayın. Sarımsak ve soğanın kabuklarını soyup ince dilimleyin 2 kaşık SANA MARGARİNLE kAVurun. Soğan, sarımsak, limon suyu ve sambal (veya herhangi bir acı sosu) iyice karıştırın. 3 yemek kaşıklık kızartma yağında 4 dakika uylukları kızartın (kahverengi oluncaya kadar) Tavukları çıkartın 1 yemek kaşığı SANA MARGARİN ve hazırladığımız sambal sosunda kısık ateşte pişirin sarımtırak olana dek. Tavukları çıkartın ve manis sosta (veya soya sosu) 1 çorba kaşığı su ilave ederek kısık ateşte 12 dakika pişirin. Sosun içinde suyu buharlaştıranaya kadar pişirin. Servis ederken soğanlı sosu tavuğun üzerinde gezdirin. İsteğe bağlı olarak, sarı pirinç ve salatalıkla servis edin.