



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANANASLI TAVUK

1 adet orta boy tavuk
4 yemek kaşığı ayçiçek yağ
1 yemek kaşığı limon suyu
2 yemek kaşığı (konserve) ananas suyu
2 yemek kaşığı sarı üzüm
2 adet domates
1 adet portakal
1 yemek kaşığı tereyağı
Kırmızı biber
Tuz

Tavuğu iri parçalara bölün, limon suyu, ananas suyu ve biraz tuz içerisinde 60 dakika kadar bekletin. Biraz yağ kızdırın ve tavuk parçalarını hafifçe kızartın. Üzüm, doğranmış domatesler, tuz ve kırmızı biberi ilave edip karıştırın. Tencerenin kapağını kapalı tutarak, 15-20 dakika kadar hafif ateş üzerinde pişirin. Tavuk pişerken diğer tarafta küp küp doğradığınız ananas parçalarını galeta ununa batırıp tereyağında kızartın. Büyük bir tabağa safranlı pilav koyup, yayın. Üzerine pişmiş tavuk parçalarını dizip, sosu dökün. Ananas ve portakal dilimleri ile süsleyip servis yapın.

[ML® Ananas Şurubu \(görsel\)](#)