



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AVOKADOLU VE BARBUNYALI CHİLİ

Zeytinyağı 1 yemek kaşığı
Dana Kuşbaşı 350 gr
SuperFresh Soğan 1/2 su bardağı
Sarımsak 10 diş
Tuz
Çekilmiş tane karabiber
Toz Kimyon 2 çay kaşığı
Toz kırmızı biber 1/2 çay kaşığı
SuperFresh Barbunya 1/2 paket
Domates Salçası 2 yemek kaşığı
Rendelenmiş Domates 2 adet
Tavuk Suyu 3 su bardağı
Rendelenmiş Cheddar Peyniri
Turp Dilimleri
Dilimlenmiş Avakado 1 adet

Bir tencerede zeytinyağını ısıtın ve kuşbaşı etleri ekleyip, yüksek ateşte kavurun.

SuperFresh Doğranmış Tatlı Beyaz Soğanları ilave edin ve karıştırın.

Sarımsak, kimyon, toz kırmızı biber, tuz ve çekilmiş tane karabiberi ekleyin ve karıştırın.

SuperFresh barbunyayı 5 dk. haşlayıp suyunu süzün.

Haşlanmış SuperFresh barbunyaya domates salçası, rendelenmiş domates ve tavuk suyunu ilave edip karıştırın.

Kısık ateşte 30-35 dakika pişirin. servis tabaklarına paylaşın.

Üzerlerine rendelenmiş cheddar peyniri, jalapeno biber, turp ve avakado dilimleri ile süsleyip servis edin.

