



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAHÇEVAN TAVUĞU

1 kilo tavuk
1 kap dolusu muhtelif sebze
1/4 çay kaşığı soğan suyu
1/2 çay kaşığı kırmızı biber
1/2 kap un
1/2 kap yağ

Önce tavuğu parçalara ayırın ve tavaya yerleştirip, üzerine yağ döküp, tavanın üstünü bir kapakla kapadıktan sonra 20 dakika kadar pişirin. Bu süre dolunca tavuğu ters çevirip, 20 dakika daha pişmeye bırakın. Soma her 20 dakikada bir bu işlemi (tavuğun rengi istediğiniz tonu alıncaya kadar) tekrarlayın. Soma 1/4 bardak suyu tavuğun üstüne serpip, 5 dakika daha pişirin. Sonra yemeğinizi bir başka kaba veya özel olarak hazırladığınız kağıda alarak soğumaya bırakın,. Kafi ılıkılıkta olunca üstüne ve kenarlarını maydanoz ve mevsimlik taze sebzelerle süsleyerek servise hazır hale getirin.