



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALKABAĞI VE ZERDEÇAL SOSLU TAVUKLU RAVIOLİ

<https://www.sagliklitavuk.org>

500 gr. tavuk fileto
1 adet soğan
2 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı zerdeçal
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 çay bardağı ceviz
1/2 çay bardağı tuzsuz soya sosu
1/2 çay bardağı zeytinyağı
1 yemek kaşığı tereyağı
7-8 dal taze adaçayı yaprağı
250 ml krema
1 yemek kaşığı un
1 çay bardağı tavuk suyu
3 adet yumurta
350 gr makarna unu
Yarım havuç
150 gr balkabağı
Haşlamak için su

Tavuk filetoları, inceltip soya sosu, zeytinyağı, tuz ve rendelenmiş sarımsak ile karıştırıp, yarım saat bekletin. Bu arada balkabağını ve havucu az su ile haşlayın, diğer tarafta ravioli için hamur hazırlayın, hamur yoğurma kabına yumurtaları ve zeytinyağından 1 yemek kaşığı ekleyip bir taraftan çırpıp diğer taraftan unu ekleyerek sert bir hamur elde edin ve hamuru 30 dk dinlendirin.

Hamur dinlenirken, tavukları pişirmek için ızgara tavasına alın, haşlanmış balkabağı ve havucu iyice püre haline getirip soğumaya bırakın, pişen tavukları çok minik parçalar halinde doğrayın ve aynı tavada doğranmış soğanı tereyağı ile soteleyin, sonra içine unu ekleyip iyice kavurun, tavuk suyunu ekleyip koyulaşınca tavuk parçalarını ekleyip iyice karıştırın ve soğumaya bırakın.

Makarna hamurunuzu, makarna makinesi yardımı ile açıp, içine ceviz büyüklüğünde tavuklu harçtan koyup kalıpla ravioliler yapın, büyük bir tencerede makarnaları haşlamak için su kaynatın, kaynayan suya tuz ekleyin ve sonra raviolileri ekleyip haşlayın, ravioliler haşlanırken, başka bir tavaya tereyağını alın, incecik kıyılmış adaçayı yapraklarını ekleyin.

Kremayı ve sonrasında balkabağı ve havuç püresini ekleyip bir tık kaynatın, iri kıyılmış cevizleri ekleyip ocağın altını kapatın. Servis tabağına haşlanmış raviolilerden alıp üzerine de hazırladığınız sostan döküp servis yapın.



© lezzetler.com tarif no:129781 • adı:Balkabağı ve Zerdeçal Soslu Tavuklu Ravioli • gönderen:Meryoş • indirme tarihi:24.05.2024 - 07:02