



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYELİ FASULYELİ TAVUK BUDU

Tavuk Budu 6 adet
SuperFresh Soğan 1 bardak
SuperFresh Bezelye 1/2 paket
SuperFresh Taze Fasulye 1/2 paket
Sivri Biber 2 adet
Sıvıyağ 1/2 çay bardağı
Tuz
Karabiber

Tavuk butlarını temizleyin, yıkayın, tuz ve biberle ovalayın.

Bir tencereye 3 kaşık sıvıyağı kızdırıp butları her iki tarafını çevirerek iyice kızarttıktan sonra 180 derece fırında 10 dk. pişirin.

Sivri biberleri küçük küçük doğrayın.

Büyük bir tencerenin içinde 5-6 yemek kaşığı yağı kızdırıp SuperFresh Doğranmış Tatlı Beyaz Soğanları ve sivri biberleri hafifçe pembeleşene kadar kavurun.

Tavuk butları, SuperFresh Bezelye ve SuperFresh Taze Fasulyelerin üzerini örtecek kadar suyu ilave edip tuzu ve karabiberi ilave edin.

Kaynayınca ateşi kısın. 45-50 dakika kadar pişirin. Sıcak olarak servis edin.

