



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİBERLİ TAVUK

<https://cook.com.tr>

Zeytinyağı 2 Yemek Kaşığı
Sofra Tuzu 1 Tutam
Karabiber 1 Tutam
Maydanoz 3 Yemek Kaşığı
Dolma Amerikan Biber 3 Adet
Sarımsak 2 Diş
Soğan 2 Adet
Tavuk But 800 Gram
COOK İle Dondurulmuş Domates Suyu 4 Tablet

3 adet dolmalık biberi alırken kırmızı, sarı ve yeşil renkli alırsanız tavuğunuzun hoş bir görünümü olur. Tavuğunuzun derisi var ise kesip atın. Biberleri yıkayın çekirdeklerini çıkarıp ince şeritler halinde doğrayın. Soğan ve sarımsakları ince doğrayın. Maydanozları kıyın. 1 yemek kaşığı zeytinyağını tavukları alacak büyüklükteki tencereye koyun kızdırın. Soğanları kısık ateşte yumuşayınca kadar kavurduktan sonra bir tabağa alın. 1 yemek kaşığı zeytinyağını daha ekleyip orta ateşte tavukları her iki yüzleri kahverengileşene kadar 10 dakika pişirin. Soğanları tekrar tencereye koyun, sarımsağı ilave edin. Biberleri tencereye ekleyin yağı iyice çekmesini sağlayın. 4 tablet COOK ile Dondurulmuş domates suyunuzu veya 2 adet rendelenmiş domatesi, karabiber ve tuzu ilave ettikten sonra kısık ateşte kapağı kapalı biberler yumuşayana kadar 30 dakika pişirin. Maydanozu ekleyip servis yapın.

