



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BUHARDA ZENCEFİLLİ PATATESLİ TAVUK GÖĞSÜ

- 1 adet tavuk göğsü
- 5 adet haşlanmış patates
- 100 gr domates sosu
- 1 tutam taze nane
- 1 tutam taze kekik
- 1 tutam taze fesleğen
- 1 tutam rendelenmiş zencefil
- 1 tutam tane karabiber
- Tuz
- 1-2 yemek kaşığı sıvıyağ

Buhar tenceresindeki suyun içine taze kekik, taze nane ve tane karabiber atın.

Tavuk göğsünü enine kesip içini rendelenmiş zencefille doldurun, üzerine tuz ve karabiberini ilave edip buhar tenceresine yerleştirip 5 dakika pişirin.

Ayrı bir yerde patatesleri küp küp doğrayın.

Tavada sıvıyağı kızdırın. İçine patatesleri, tuzu, karabiberi ekleyip bir süre kavurun. Pişmeye yakın taze baharatları ilave edip ocaktan alın.

Domates sosunu kaynatın, içine kekik, tuz ve karabiber ekleyip bir süre pişirin.

Pişen tavuğu dilimleyin, patateslerle birlikte servis tabağına alın. Üzerine sosunu da gezdirip servis yapın.

