



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CHICKEN ADOBO (FİLİPİNLER)

<https://www.lezzetsirri.com>

Sirkeli Tavuk

1/2 kg. iri kuşbaşı tavuk et
1 küçük kase sirke
5 diş sarımsak
3 çorba kaşığı soya sosu
1 defne yaprağı
1 tatlı kaşığı tane karabiber
2 tatlı kaşığı toz karabiber
3 çorba kaşığı sıvıyağ

Tavuk etlerini derin bir kaba koyun. Üzerine, sirkeyi, soya sosunu, tane karabiberleri, toz karabiberi ekleyin. Sarımsakları soyun, iri iri kesin, defne yaprağı ile birlikte karışıma atın. Bir kere karıştırıp yarım saat kadar dinlenmeye bırakın.

Daha sonra derin bir tavayı kızdırın. İçine yağ koymadan sirke, soya sosu ve baharatla marine edilmiş olan tavuk etlerini sosu ile birlikte tavaya boşaltın. 20 dakika hafif ateşte pişmeye bırakın. Etler iyice pişip, yumuşayınca başka bir tavada sıvıyağı kızdırın. İçine derin tavadan çıkardığınız etleri ve sarımsakları atın ve birlikte kızartın. Bu arada sirke ve soya sosu karışımını harlı ateşte kaynatarak fazla suyun buharlaşmasını sağlayın. Daha sonra koyulaşmış sosu tavada kızaran et ve sarımsakların üzerine dökerek, tekrar birlikte 5 dakika kadar kaynatın. Suyun fazlası buharlaşır ve sos iyice koyulaşır. Daha sonra servis tabağına tavuk etlerini sıralayın, üzerine sosunu dökerek, yanında haşlanmış pirinç ile servis yapın.