



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FESLEĞENLİ TAVUK

2 tavuğun göğüs kısımları (kemiksiz)

1 çay kaşığı tuz

1 çay kaşığı karabiber

60 gr (4 çorba kaşığı) tereyağı

1 su bardağı tavuk suyu

2 tatlı kaşığı taze fesleğen (kıyılmış) ya da 1 tatlı kaşığı kurutulmuş fesleğen

2 tatlı kaşığı unlu tereyağı

Tavuk parçalarını tuz ve biberle iyice ovunuz.

Orta boy bir tencerede yağı orta ateşte eritiniz. Yağ kızınca tavuk parçalarını koyup, sık sık çevirerek 8-10 dakika, her yanları iyice kahverengileşene kadar pişiriniz. Ateşi iyice kısıp, tencerenin üstünü örterek 20-25 dakika, tavuk etleri yumuşayınca kadar pişiriniz. Maşayla tavuk etlerini ısıtılmış bir servis tabağına çıkarıp, sosu hazırlayınca kadar sıcak kalmalarını sağlayınız.

Madeni bir kaşıkla tencerenin üstünde biriken fazla yağları alıp atınız. Tavuk suyu ve fesleğeni ekleyip harlı ateşte kaynatınız. Kaynayınca 10 dakika daha, sos yarısını çekene kadar kaynatmaya devam ediniz. Unlu tereyağı pürüksüz ve koyuca bir sos elde edinceye kadar azar azar ve tahta kaşıkla sürekli karıştırarak ekleyiniz.

Tencereyi ateşten alıp, sosu servis tabağındaki tavuk parçalarının üstüne dökerek servis ediniz.

Not: Fesleğenli tavuk, ızgara mantar ve domates dolmasıyla servis edebileceğiniz bir yemektir.