



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA BEŞAMELLİ TAVUK SOTE

www.sefabdullahusta.com

2 adet tavuk göğsü
1 adet soğan
3 diş sarımsak
1 kavanoz garnitür
2 adet havuç
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım çay bardağı sıvı yağ
Beşamel sos için:
2 çorba kaşığı margarin
2 çorba kaşığı un
2,5 su bardağı süt
1 çay kaşığı tuz
Üzeri için:
Kaşar peyniri

Yarım ay şeklinde doğradığımız soğan, havuç ve sarımsağımızı yağda hafif çeviriyoruz. Ardından tavuklarımızı küp küp doğrayıp tenceremize ilave ediyoruz. 15 dakika kadar çevirerek pişiriyoruz. Tuzumuzu ekliyoruz ve tam pişene kadar pişiriyoruz. En son tavuklarımız pişince garnitürümüzü ekleyerek karıştırıyoruz ve tencerenin altını kapatıyoruz. Tavuk sotemizi dibini margarinle hafif yağladığımız bir borcama güzelce yayıyoruz ve beşamel sosumuzu hazırlamaya başlıyoruz. Tencereye margarin ve unu koyarak hafif rengi değişene kadar kavuruyoruz. Sütümüzü ekliyoruz ve topak topak olmasına izin vermeden hızlı bir şekilde karıştırıyoruz. Tuzumuzu da ekleyerek kaynayana kadar çevirerek karıştırıyoruz ve altını kapatıyoruz. Sotemizin üzerine sosumuzu yayıyoruz. Önceden 180 derece ısıttığımız fırına atıp üzeri kızarana kadar pişiriyoruz. En son fırından çıkınca üzerine kaşar rendesi döküp servis yapıyoruz.

