



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

GERÇEK SOTE

750 gr tavuk kuşbaşı
3 diş sarımsak
1 baş soğan
3 çorba kaşığı zeytinyağı
2 adet biber
2 adet domates
1 tatlı kaşığı tuz

Tavaya zeytinyağı ve tavuk kuşbaşı konur. Orta ateşte börtürölmeye başlanır. Sonra ince kıyılmış soğan ve sarımsak ilave edilir. Bir kaç dakika sonra çekirdekleri çıkarılmış biberler konur, tavuk suyunu salıp çekince konkase doğranmış domates ve tuz katılır. 10 dakika sonra ateşten alınır.