KABAK PÜRELİ TAVUK

MALZEMELER
4 kişilik
2 adet kabak
4 adet tavuk göğsü
200 gr yoğurt
1 tatlı kaşığı salça
8 diş sarımsak
karabiber
tuz

HAZIRLANIŞI
Kabakları temizleyin ve 4 parçaya bölün. Tuzlu suda yumuşayıncaya kadar haşlayın. Kabakları ezerek püre haline getirin. 1 tatlı kaşığı yoğurdu ayırıp kalanına 4 diş ezilmiş sarımsak ekleyin ve kabak püresiyle karıştırın. Ayırdığınız yoğurda, kalan ezilmiş sarımsak, karabiber, salça ve tuzu ekleyip karıştırın. Tavuk göğüslerini bu sosla terbiye edin ve yağsız tavada arkalı öndü pişirin. Kabakla beraber servis yapın.

ML® Püreli Tavuk için tıklayın

© lezzetler.com tarif no:2322 • adı:KABAK PÜRELİ TAVUK • gönderen:kahve • indirme tarihi:20.04.2024 - 01:54