



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KİŞNİŞLİ YAHNİ

3 adet domates
2 adet soğan
2 adet yeşil biber
3-4 dal taze kişniş
50 gr margarin
300 gr Yağsız kuşbaşı et
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı toz bulyon
3- 4 bardak su

Büyük bir tavaya, margarini alın eriyince doğranmış soğan, biberi ve domatesi ekleyin. Yaklaşık 5-7 dakika kadar sote edin.

Kuşbaşı eti de ekleyin ve yüksek ateşte 7-10 dk kadar daha sotelemeye devam edin.

2 bardak kadar kaynar su ekleyin, suyunu çekince 1 bardak daha kaynar su koyun diğer baharatlarını da ilave edin.

Biraz sulu kalacak şekilde, pişip pişmediğini de kontrol ederek ocağı kapatın.

Servis ederken üzerine ince kıyılmış taze kişniş ekleyin.

