



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KREMALI TAVUK (FRİCASSÉE)

1 kg. tavuk göğsü (kuşbaşı doğranmış)

40 gr. tereyağı

1 küçük havuç (kazınıp 4'e bölünmüş)

1 küçük soğan (1 diş karanfil batırılmış)

2 çorba kaşığı un (elenmiş)

baharat torbası: (Temiz bir tülbente sarılıp ağzı uzunca bir iple bağlanmış 1 defne yaprağı, bir tutam kekik, 3-4 dal maydanoz, bir tutam fesleğen ve 1 çorba kaşığı doğranmış kereviz sapı)

Tuz

Karabiber

1 yumurtanın sarısı

1/2 limonun suyu

2 çorba kaşığı taze krema

Bir tencerede tereyağı orta ateşte, eritin. Yağ kızınca eti, havucu ve soğanı ilave edip sık sık karıştırarak 2-3 dakika pişirin. Unu serpip ateşin altını açın. Sürekli karıştırarak, 2-3 dakika unu kavurun. Un kavrulunca 2 su bardağı sıcak su, baharat torbası, tuz ve biberi ilave edip tencerenin kapağını kapatarak ağır ateşte pişirin. Etleri tencereden bir kevgirle alıp ısıtılmış bir servis tabağına aktarın. Tencerenin ağzı açık olarak, harlı ateşten sosu 3-4 dakika koyulaşana kadar, çektin. Baharat torbasını, soğanı ve havuçları çıkartıp atın. Bir kasede yumurta sarısını, limon suyunu ve taze kremayı çırparak karıştırın. Çırpmaya devam ederek sıcak sosa birkaç kaşık bu karışıma yedirin. Bu karışımı karıştırarak sıcak sosa katın. Sosu, harlı ateşte birkaç saniye hızla çırparak kaynattıktan sonra ısıtılmış servis tabağındaki sıcak etlerin üzerine döküp, hemen servis edin.