



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MANTARLI SEBZELİ TAVUK SOTE

250 gram kemiksiz tavuk göğsü  
500 gram kültür mantarı  
1 adet havuç  
1 adet büyük boy kuru soğan  
1 adet kırmızı kapa biber  
3-4 adet yeşil sivri biber  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı köri  
1 çay kaşığı kimyon  
1 çay kaşığı kırmızı toz biber  
1 tutam tuz

Mantarları 2 ya da 3 parçaya bölün. Malzemeleri yıkayın. Mantarları içine az miktarda sirke koyulmuş suda bekletin.

Tavuk göğsünü, havuçları ve biberleri doğrayın. Soğanları rendeleyin ve sıvı yağda kavurun. Üzerine doğranan havuçları ekleyin. Karabiber, tuz, köri, kırmızı biber, kimyon ve salçayı tavuklarla harmanlayın ve soğanın üzerine ekleyin. Doğranmış kırmızı biber ve isteğinize göre doğranan yeşil biberleri tavukların üzerine ekleyin ve pişirin. Tavuklar suyunu iyice çekmeden önce yıkamış olduğunuz mantarları tencereye ekleyin, üzerine yarım su bardağı kadar su dökün ve kapağını kapatın. 25 dakika sonra yemeğiniz pişmiş olacaktır.

