



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

NAR EKŞİLİ TAVUK SOTE

500 gram tavuk kuşbaşı
5 adet sivri biber
1 adet kırmızı dolamlık biber
1 su bardağı arpacık soğan
4 diş sarımsak
Tuz
Karabiber
Kekik
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı süt
2 çorba kaşığı susam
4 çorba kaşığı nar ekşisi

Yapılışı: Sarımsakları ve arpacık soğanları üzerine bir miktar zeytinyağı ekleyip 5 dakika kavurun. Tavuk etlerini de küçük parçalara ayırıp içlerine atın ve 15 dakika birlikte kavurun. İçine sivri biberleri ve kırmızıbiberi doğrayın. İsterseniz hepsini bir fırın tepsisi içinde aktarıp 20 dakika 190 derecede pişirin. Sıcakken üzerine nar ekşisi ve baharatları serpin. İkrâm etmeden önce üzerine susam gezdirin.

