



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NARENCİYE AROMALI TAVUK

- 1 paket Keskinolu Tavuk Göğüs Eti
- 1 adet limon kabuğu
- 1 adet portakal kabuğu
- 1 adet defne yaprağı
- 1 tatlı kaşığı tane karabiber
- 1 dilim kuru soğan
- 1 adet kereviz yaprağı
- Sos için;
- 1 adet Meksika biberi
- 1 yemek kaşığı toz şeker
- 1 yemek kaşığı zencefil
- 1 çay bardağı su

Meksika biberini dilimleyin, zencefili ince ince kıyın. Tavada zencefili soteleyin daha sonra tüm malzemeleri ekleyin. Şekeri eritin ve kıvam alana kadar pişirip sosu pişirin. Ayrı bir tencereye limon kabuğu, portakal kabuğu, defne yaprağı, tane karabiber, soğan, ve kereviz yaprağını koyun ve su ile doldurun, kaynamaya bırakın. Su kaynamaya başladığında altını kapatın. Tavuk göğüs etini suyun içine yerleştirin. 10 15 dk bekletin. Sudan çıkardığınızda kağıt havlu üzerine alın. Dilimleyerek sos ile birlikte servis edin.

