



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PAZILI TAVUK GÖĞSÜ

<https://cook.com.tr>

Deniz Tuzu 1 Adet
Tavuk Göğüs 700 Gram
Kırmızı Biber 2 Adet
Sarımsak 2 Diş
Soğan 2 Adet
Çam Balı 1 Yemek Kaşığı
Pazı 6 Dal
Köri 1 Çay Kaşığı
Muskat 1 Tutam
Tane Karabiber 1 Çay Kaşığı
Safran 1 Tutam
Acı Biber Sos 1 Çorba Kaşığı
Sıvı Yağ 1 Kahve Fincanı
Yer Fıstığı 100 Gram
Hindistancevizi Sütü 1 Mililitre

Tavuk göğüslerini kuşbaşı doğrayın ve kızdırılmış sıvı yağda soteleyin.
Daha sonra sırayla soğan, sarımsak, yıkanip doğranmış pazı yapraklarını ekleyin ve pişirin.
Soteledikten sonra bir kutu hindistancevizi sütünü eğer yoksa 200 ml kremayı ekleyin, baharat ve tuzu acı sosu, balı ilave edin.
Hindistancevizi sütü koyduktan sonra çok fazla pisirmeye devam etmeyin eklemeyen tavuk ve pazıların pismesi makbuldür.
Kavurdunuz yer fıstıklarını ezi üzerine serpin. Basmati yada yasmin pirinçle servis edebilirsiniz.

Not: Aynı tarifi pazı yoksa ıspanakla da deneyebilirsiniz.