



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEYNİR SOSLU TAVUKLU BROKOLİ

<http://www.hurriyet.com.tr>

4-5 adet kemiksiz tavuk but
500 gr brokoli
Yarım litre süt
2 çay kaşığı sarımsak tozu
450 gram krem peynir
100 gram parmesan peynir rendesi
4-5 yemek kaşığı ekmek kırıntısı
5-6 sap dereotu
Kırmızı toz biber
Karabiber
Tuz

Tavukları üzerine çıkacak kadar su ile haşlayın. Haşlanan tavukları lokmalık parçalara ayırın. Sirkeli suda 10-15 dakika bekletip bol suyla durulayın.

Brokoliyi tuzlu suda 15 dakika haşlayın, suyunu süzün. Küçük parçalara ayırın. Krem peyniri çırpın. Dereotunun yarısını incecik doğrayın.

Dikdörtgen fırın kabını hafifçe yağlayın. Haşlanmış brokolileri fırın kabının tabanına yerleştirin. Sütü, çırpılmış krem peyniri, sarımsak tozunu, çok ince kesilmiş dereotunu, ve parmesan peynirin yarısını kısık ateşte pürüzsüz olana kadar karıştırarak karıştırarak ısıtın. Sosun yarısını brokolilerin üzerine dökün, üzerine kesilmiş tavuk parçalarını koyun, kalan peynir sosunu tavukların üzerine gezdirin. Sosun üzerine ekmek kırıntılarını serpin. Üzerine kalan parmesan peyniri rendesini ve kırmızı biberi serpin.

175 dereceye ısıtılmış fırında 30 dakika kadar pişirin. Üstünün yanmamasına dikkat edin, gerekirse alüminyum folyo ile kapatın. Fırından çıkardıktan sonra biraz bekletin. Üzerini dereotu ile süsleyin ve servis yapın.

