



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİLİÇ BOMBAY

Malzemeler:

4 adet tavuk göğsü
Yarım kilo ıspanak
150 gram beyaz peynir
1 adet kuru soğan
Yeteri kadar tuz karabiber
Sosu için:
2 adet soğan
1 adet havuç
1 adet kereviz
1 yemek kaşığı salça
Yarım litre tavuk suyu
Yeteri kadar tuz karabiber
3-4 yemek kaşığı sıvı yağ

Hazırlanışı:

Tavuk göğsünü bıçağın ucuyla delmeden açın. Ispanağı haşlayın, ince kıyılmış soğanla az yağda sote edin. Beyaz peynirle karıştırın. Tuz ve karabiber ekleyin. Karışımı krema torbasına koyun. Tavuğun bıçakla delinen içine doğru krema torbasından ıspanaklı karışımı boşaltın. Tavada veya ızgarada alt üst kızartıp sonra fırına verin. Sosun hazırlanışı: Soğan, havuç ve kerevizi iri doğrayın. Sıvı yağ ile kavurun. 1 yemek kaşığı salça ilave edin. Tavuk suyu, tuz ve karabiber ekleyerek kaynatın. Blenderden geçirin. (Sos kalın olursa su ilavesi yapın) Fırından çıkan tavukların üzerine sıcak olarak dökün.