PİLİÇLİ BAMYA

2 adet sivribiber
4 yemek kaşığı sana yağı
4 adet tavuk göğsü
500 gr bamya
1.5 su bardağı sıcak su
2 adet domates
Aldığı kadar tuz
1 adet kuru soğan
0.5 su bardağı limon suyu

Bamyaları ayıklayın. İçlerine su işleyebilmesi için, altlarını sivri kısımlarını da kesip bir tencereye koyun. Üstlerine 1 1/2 yemek kaşığı tuz ile yarım kahve fincanı sirke katarak iyice karıştırın ve yarım saat kadar bir tarafa bırakın. Diğer tarafta bir tencereye Sana ile soğanı koyarak 10 dakika kadar kavurun. Soğanlar renk alınca içine ortadan ikiye ayrılmış tavuk göğüslerini ilave edip, 5 dakika kavurun. Kavrulmuş tavuklara, yarım tatlı kaşığı tuz ile çeyrek bardak su katarak 20 dakika daha pişirin ve ateşten alarak ılımaya bırakın. Tavuk göğüslerini düzenli bir şekilde tencerenin altına yayın, üstüne de bir sıra yuvarlak dilim şeklinde kesilmiş bir miktar domates döşedikten sonra, bunun üstüne de yan yana ve sık olmak üzere, tuzlu sirkede yatırılmış ve bol suda iki üç defa yıkanmış bir sıra bamya döşeyin. Aynı şekilde bunun üstüne de tekrar bir sıra domates, bir sıra bamya olmak üzere bütün bamyaları tencereye döşeyin. Bamyaların döşenmesi sona erince, bunlara; küçük kesilmiş 1,5 yeşil biber, yarım küçük limon suyu, yarım tatlı kaşığı tuz, 1 küçük bardak su ile, tavukları içinde piştiği soğanlı yağı da katarak üstlerine ıslanmış ve buruşturulmuş bir yağlı kağıt örtün. Tencerenin kapağını kapatın; bamyalar sularını çekip yumuşayıncaya kadar önce kuvvetlice, sonra da orta kuvvetteki ateşte olmak üzere 40-50 dakika pişirin. Tencereyi ateşten alarak, üstelerine büyükçe bir tabak kapatın, tencereyi altüst edin, bamyaları tabağa alın ve servis yapın. Püf Noktası: Bamyaları önceden tuz ve sirkeli suda bekletirseniz, salyalarını bırakmaz. Bamyaları yatırmak için: 1/2 kahve fincan sirke, 1 1/2 silme yemek kaşığı tuz kullanabilirsiniz.

© lezzetler.com tarif no:61175 • adı:Piliçli Bamya • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:05.05.2024 - 12:26