



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOSLU TAVUK

1 adet tavuk
2 diş sarımsak
4 çorba kaşığı zeytinyağı
2 baş soğan
1/2 bardak tavuk suyu
100 gr. mantar
2 defne yaprağı
2 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz
2 çorba kaşığı kıyılmış dereotu
Tuz
Karabiber
Sos için:
1 çorba kaşığı nişasta
1/2 bardak tavuk suyu
Garnitür için maydanoz

Tavuğu iyice yıkayın. Suyu süzülünce dört parçaya bölün. Sarımsakların kabuklarını soyun. İkiye bölün ve tavuk parçalarını bu sarımsak ile ovun. Zeytinyağını kızdırın ve tavuk parçalarının her iki tarafını da iyice kızartın. Soğanları ayıklayın. Küçük doğrayın ve tavuklarla birlikte kızartın. Tavuk suyunu ilave edin ve 20 dakika kısık ateşte pişirin. Mantarları ayıklayıp yıkayın. Yaprak yaprak kesin. Defne yaprağı, maydanoz, dereotu ile birlikte tavuklara katın. Tuz, karabiber serpin. Tencerenin kapağını kapatın. 10 dakika çok kısık ateşte demlendirin. Tavuk parçalarını ve defne yapraklarını dışarıya alın. Tavukları sıcak olarak muhafaza edin. Nişastayı az su ile karıştırın. Tavuğun kalan suyunu nişasta ile koyulaştırın. Bir taşım kaynatın tencereyi ateşten alın. Tavuk parçalarının kemiklerini ayıklayın. Bir kaba koyun. Üzerine sos döküp maydanozla garnitür yapın.