



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOYA MARİNELİ KIZARMIŞ TAVUK KANATLARI

10 adet Keskinöğlü tavuk kanat
2 su bardağı soya sos
1 adet limon suyu
1 tatlı kaşığı şeker
2 diş sarımsak
2 su bardağı un
1 su bardağı Ravika zeytinyağı

Soya sosunu, limon suyunu, şekerini ve sarımsağı bir tencereye koyun ve 10 dakika kadar kaynatın. Şeker eridiğinde ateşten alın ve soğumaya bırakın. Tavuk Kanatlarını bu karışıma ilave edip ve 30 dakika kadar dinlendirin. Ayrı bir tavada Ravika zeytinyağını kızdırın ve tavukları una bulayıp kızartın ve servis edin.

