



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOYA SOSLU TAVUK

600 gr. kuşbaşı tavuk göğüs eti
2 çorba kaşığı soya sosu
3 çorba kaşığı sıvıyağ
2 adet soğan
2 diş sarımsak
1 adet sivribiber
2 çorba kaşığı un
1 çay bardağı soyulmuş badem
1 adet Knorr Tavuk Suyu
600 ml. su
4 adet domates
2 çorba kaşığı limon suyu
1 çay kaşığı tuz ve karabiber

Kuşbaşı doğranmış tavukları tuz ve karabiberle lezzetlendirdikten sonra etlerin her tarafını unla kaplayın. Yağı derin bir tavada kızdırıp tavuk etlerini kavurun ve kevgirle ayrı bir tabağa alın. Soğan ve sivribiberi temizleyip doğrayın. Sarımsağı soyup ezin. Aynı tavada soğan, sarımsak ve biberi kavurun. Soya sosu ve kalan unu ekleyip 5 dakika sote edin. Domatesleri soyup doğrayın. Badem, tavuk suyu ve domatesi tavaya ekleyip pişirin. Su kaynayınca kısık ateşte 20 dakika daha pişirin. Tavuk eti, limon suyu, tuz ve karabiber ekleyip etler yumuşayınca kadar pişirin. Sade pirinç pilavını büyükçe bir servis tabağına alıp tavuklu kebabı ortasına ilave edin. Sıcak olarak servis yapın.