



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜPRİZ TAVUK

MALZEMELER

4 adet havuç
2 parça göğüs eti
7-8 adet yeşil soğan
Köri
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çay bardağı soya sosu
1 su bardağı su
Tuz
Karabiber

HAZIRLANIŞI

Uzun doğranmış (parmak şeklinde) havuçları tencereye dizin, üstüne dilimlenmiş tavukları dizin, onun da üstüne doğranmış yeşil soğanı dizin. En üste de domates dilimlerini dizin. Köri serpiştirin.

Sosun hazırlanışı:

Bir kap içerisinde, zeytinyağı, soya sosu, karabiber ve tuzu karıştırın. Hazırlanan sosu tencereye dökün ve 1 su bardağı ılık su koyun. Kapağı kapatın, kısık ateşte 30 dakika pişirin.
