



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVADA ZERDEÇALLI TAVUK

1 adet Bizim Mutfak Az Tuzlu Tavuk Bulyon
2 su bardağı su (400 ml)
1 tatlı kaşığı zerdeçal
4 parça tavuk eti, tercihen derili kalça eti
2-3 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet soğan, jülyen doğranmış
2 adet büyük domates
1 adet kırmızı acı biber
Yarım demet maydanoz

2 bardak sıcak suyu, zerdeçalı ve Bizim Mutfak Az Tuzlu Tavuk Bulyon'u bir kasede iyice homojen hale gelene kadar karıştırın. Kenarda bekletin.
Zeytinyağının yarısını derin bir tavada veya tencerede ısıtın. Tavuk etlerinin her tarafını tavada mühürleyin. Tavuk etlerini tavanın içinden alıp kenarda bekletin. Domatesleri küp küp doğrayın. Biberi ince ince doğrayın. Maydanozu da irice doğrayın.
Tavanın içinde jülyen doğranmış soğanı, kalan zeytinyağı ile birlikte kavurun. Domatesleri ekleyip birkaç dakika yüksek ateşte pişirin.
Zerdeçalı tavuk suyunu ilave edip kaynamaya bırakın. Su kaynayıncaya tavuk etlerini yerleştirin. Doğranmış maydanozu, çok ince doğranmış acı biberi ekleyin. Tencerenin kapağını kapatın. Orta ateşte yarım saat pişirin.

