



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK BALTI (PAKİSTAN)

<https://www.lezzetsirri.com>

1 kg. kemikleri çıkarılmış tavuk budu
2 çorba kaşığı ghee (posası alınmış tereyağı) veya sıvıyağ
2 diş sarımsak
1 adet kak tarçın
1/2 tatlı kaşığı tane kakule
1 çorba kaşığı garam masala
1 tatlı kaşığı susam
1 tatlı kaşığı haşhaş tohumu
1/2 tatlı kaşığı rezene tohumu
2 baş soğan
3 çorba kaşığı balti masala ezmesi
250 ml. tavuk suyu (2 tavuksu tablet ile hazırlanmış)
250 ml. krem
1 çorba kaşığı taze kişniş yaprağı veya maydanoz
karabiber
tuz

Tavuk etlerini 3 cm. lik küpler halinde kesin. Soğanları çok ince kıyın. Sarımsakları dövün. Tane kakulelerin tohumlarını çıkarın.

Tavada tereyağını eritin. İçine dövülmüş sarımsağı, kak tarçını, kakule tohumlarını ve garam masalayı koyarak 1 dakika orta ateşte karıştırarak kavurun. Susamı, haşhaş tohumunu ve rezeneyi üstlerine ilave edip yarım dakika daha hep birlikte kavurun. Ateşi kısın ve tavaya kıyılmış soğanları ekleyip 10 dakika, soğanlar altın rengi alıncaya kadar çevirin. Balti masala ezmesini tavuk etleri ile birlikte tavaya soğanların üzerine ekleyerek 5 dakika daha, zaman zaman karıştırarak etler altın rengi alıncaya kadar kavurun.

Ateşi biraz daha kısın ve tavaya sıcak tavuk suyunu ilave edin. Tavanın kapağını kapatıp 20 dakika hafif ateşte yavaş yavaş kaynamaya bırakın.

20 dakika sonra içine kremi eklevin ve arada sırada karıştırarak 10 dakika daha pişirin. Yemeğiniz pişince içine taze kişniş yapraklarını atın. Tuzunu ve karabiberini ilave edin. Sıcak sıcak servis yapın.

[ML® Urdu Tavuğu için tıklayın](#)