TAVUK İSKENDER

https://www.sagliklitavuk.org

2 adet tavuk göğsü
250 gr tereyağı
3 adet domates
2 adet biber
2 yemek kaşığı salça
3 diş sarımsak
Sıvıyağ
1 adet tırnak pide ya da ramazan pidesi
Karabiber, reyhan, kekik, pul biber
Tuz
Göğüs etini dinlendirmek için 1 çay bardağı süt

Öncelikle tavuk göğsünü buzluğa koyup hafif donduktan sonra çıkarıp büyük yaprak dilimleri şeklinde ince ince kesin.
1 çay bardağı sütte yarım saat 1 saat kadar dinlendirin.
Dinlenen tavuk göğüslerini süzgeçten geçirip fazla sütün gitmesini sağlayın ve baharatlarla marine edin.
Daha sonra seramik tavaya 1 yemek kaşığı sıvıyağ koyup etleri arkalı önlü kızarana kadar pişirin.
Etler pişerken başka bir tavada 75 gr tereyağını eritip içine rendelenmiş sarımsakları ve 1 adet domatesi rendeleyip kavurun, daha sonra içine salçayı da ilave edip onu da kavurun ve 1 su bardağı sıcak su ekleyip kaynatın.
Hemen ardından pideleri küçük kareler şeklinde dilimleyip 100 gr tereyağı koyup tavada ısıtın ve tavadaki yağın pidelerle karışmasını sağlayın.
Tavuk göğüslerini pişirdikten sonra kayık tabağınızın içine önce ısıtıp tereyağıyla marine ettiğiniz pideleri koyup üzerine çok az miktarda salçalı sos dökün, onun üzerine tavuk göğüslerinizi de koyduktan sonra 2 kaşık yoğurdu tabağınızın bir köşesine koyun.
Tavada ya da fırında oval olarak dilimleyip hafif pişirdiğiniz domatesleri ve biberleri kenarlarına döşeyin. Daha sonra salçalı sosu dizmiş olduğumuz tavuk göğüslerinin üzerine dökün. Son olarak da küçük bir tavada kalan tereyağını eritip köpük köpük olduktan sonra servis anında tabağınızın üzerine dökün.

© lezzetler.com tarif no:129770 • adı:Tavuk İskender • gönderen:dilim • indirme tarihi:09.05.2024 - 10:54