



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK SOTE

<https://multicooker.com>

Tavuk (göğüs) 500 gr
Domates 350 gr
Tatlı kırmızı biber 200 gr
Tatlı yeşil biber 200 gr
Soğan 100 gr
Domates salçası 20 gr
Ayçiçeği yağı 40 ml
Su 100 ml
Köri 3 gr
Tuz
Baharatlar

Salçayı su ve köri ile karıştırın. Tavuk göğsünü yıkayın. Tavuğu ve sebzeleri 1,5 cm'lik küpler şeklinde kesin. Çok fonksiyonlu pişiricinin içine ayçiçek yağı dökün. Kapağı kapatmayın. Çok fonksiyonlu pişiricinin çalışma modunu KIZARTMA, pişirme süresini 25 dakika olarak ayarlayın ve "Başlat" tuşuna basın. Geri ayım başladıktan sonra hazneye sebzeleri ve tavuğu koyun. Kapağı kapatmadan hafiften karıştırarak çalışma modu bitene kadar pişirin. Sonra "İptal/Isıtma" tuşuna basın. Salçayı pişiricinin içine dökün, tuz ve baharatı ekleyin ve karıştırın. Kapağı kapatın. Çok fonksiyonlu pişiricinin çalışma modunu GÜVEÇ pişirme süresini 25 dakika olarak ayarlayın ve "Başlat" tuşuna basın. Çalışma modu bitene kadar pişirin.

