



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

TAVUK SOTE

500 Gram Tavuk Göğsü (Budu da tercih edilebilir)

1 orta boy soğan

2-3 tane sivri biber

2 Domates

1 Tatlı Kaşığı Domates Salçası

Yarım çay bardağı Ayçiçek Yağı

Tuz

Karabiber

Pul Biber

Tavuklar küp şeklinde doğranır ve yıkanır.

Hafif sulu bırakılarak yağ konulan tencereye eklenir ve kavrulur.

Soğan ve biber de doğranarak ilave edilir sotelenir.

5 dakika kadar pişirilir ve soyulmuş ve doğranmış domatesler eklenir.

Pişmeye yakın baharatı ve tuzu da katılarak tamamlanır.

Tavuk sote servise hazırdır.

