



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK SOTE

Yarım kilo tavuk göğsü
1 adet büyük soğan
4-5 adet biber
1 adet büyük boy domates
2-3 diş sarımsak
Bir tutam tuz
Bir tutam karabiber
Yarım demet maydanoz

Tavuklar kuşbaşı doğranır ve tavaya alınır. Tavuklar kavrulurken diğer tarafta soğan biber sarımsak ve domates kesilerek hazırlanır. Tavuklar kavrulduktan sonra sırasına göre soğan, biber ve domates eklenip sotelenir. Domatesi sarımsağı ve baharatı eklenip tencerenin kapağı kapatılır domatesler suyunu verene kadar yaklaşık 10 dakika kaynatılır. Yemeğimizi tabaklara aldıktan sonra üstüne tarhun ve ince kıyılmış maydanoz sepilir.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 27.02.2024