



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK YAHNİ

Tavuk göğsü (3 adet, 400 gram)
Renkli biberler (2 adet kırmızı ve sarı)
Arpacık soğan (10 adet)
Havuç (1 adet orta boy)
Domates (1 adet orta boy)
Patates (2 adet orta boy)
Margarin yada tereyağı (2 yemek kaşığı)
Tuz (1 tatlı kaşığı)
Pul biber (1 tatlı kaşığı)
Karabiber (1 çay kaşığı)
Sıcak su (1 su bardağı)
Tercihe göre süt ya da krema (1 çorba kaşığı)

Margarin ya da tereyağını tencereye alarak yanmamasına dikkat ederek iyice kızdırın. Arpacık soğanları ısınan yağda bütün olarak atın 1-2 dakika kızartın.

Doğranmış havuçları tencereye alarak kızartma işlemine devam edin. Kızartma işlemi sırasında renkli biberlerinizi kaim bir biçimde doğrayın.

Tavuk göğüslerini, patatesleri ve havuçlarınızı büyük kuşbaşı şeklinde doğrayın.

Tavuk göğsünü tencereye alarak karıştırıp üzerine sırayla patates, renkli biberleri atıp 1-2 dakika karıştırın.

Domateslerinizi de kuşbaşı doğrayıp tencerenin üzerine serpiştirin. Üzerine 1 tatlı kaşığı tuz, 1 çay kaşığı karabiber ve (tercihinize göre) 1 çay kaşığı pul biber ekleyip tam malzemeyi karıştırın.

Bu şekilde tencerenizin kapağını kapatıp suyun tamamen çekilmesini bekleyene kadar yaklaşık 10-15 dakika pişirin.

Suyun tamamen çekildiğinden emin olduktan sonra 1 su bardağı sıcak su ekleyerek kaynayana kadar bekletin. Eklediğiniz su kaynadıktan sonra 2 çorba kaşığı krema ya da süt ekleyerek bir taşım daha kaynatın ve yemeğinizi servis yapın.
