



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TAVUK YAHNİSİ

1 adet tavuk  
5 büyük soğan  
5 büyük domates  
2 çorba kaşığı margarin  
Karabiber  
Tuz

İçi temizlenmiş, yıkanmış bir adet tavuğu, servis yapacağınız büyüklükte parçalara bölün. İki tane rendelenmiş soğana bir çay kaşığı tuz katıp, bu karışımla tavuk parçalarını ovun ve yarım saat kadar dinlendirin. Yarım parmak kalınlığında halkalar halinde doğranmış 3-4 büyük soğanı, bir tenceredeki 100 gr. yağda soğanlar cam gibi olana dek kavurun. Kavrulmuş soğanlara, kabukları soyulup iri parçalara doğranmış 5 büyük domates ile ikişer çay kaşığı karabiber ve tuz koyun; bir iki kez karıştırıp ağır ateşte kapalı olarak kaynamaya bırakın. Bu arada dinlenmiş olan tavuk parçalarını bir tavada iki kaşık yağ ile arada bir karıştırarak kuvvetli ateşte 5-10 dakika kadar kızartın. Kızarmış tavuk parçalarını yan tarafta kaynamakta olan domatesli soğan tenceresine aktarın. Bir bardak ılık su ilave edin ve orta kuvvetli ateşte etler yumuşayınca dek pişirin. Eğer tavuğunuz körpe ise 1 saat kadar sonra pişmiş olacaktır.

