



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU BEZELYELİ PATATES

www.sefabdullahusta.com

2 adet tavuk göğsü
3 adet patates
1 su bardağı konserve bezelye
Yarım çay bardağı sıvı yağ
1 adet soğan
2 diş sarımsak
2 adet havuç
2 çorba kaşığı domates salçası
1 adet sıvı tavuk bulyon
2 çay kaşığı tuz
Sıcak su

Tencereye sıvıyağı koyup halka halka doğradığımız sarımsak, küp küp doğradığımız soğan ve havuçları 2 dakika kadar kavuruyoruz. Orta büyüklükte doğradığımız tavukları ekliyoruz. Tavuklar suyunu verip çekmeye başlayınca salçamızı ve küp küp doğradığımız patatesleri ekliyoruz. Biraz kavurduktan sonra bezelyeleri ve yemeğimizin üzerini geçecek kadar sıcak suyu ekliyoruz. Kaynamaya başlayınca sıvı tavuk bulyon ve tuzumuzu ekliyoruz. Yemeğimizi kısık ateşte pişmeye bırakıyoruz.

