



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU KIŞ TÜRLÜSÜ

[Sahrap Soysal](#)

400-500 gr kuşbaşı tavuk eti (göğüs ya da but fileto kısmından kullanılmasını öneririm)
4 yemek kaşığı sıvıyağ
2 adet orta boy kuru soğan (8-10 adet arpacık soğan da olabilir)
2 adet orta boy kereviz
1 adet orta boy havuç
1 adet büyük boy patates
4-5 diş sarımsak
1 tepeleme yemek kaşığı un
1 çay kaşığı tuz, karabiber
Terbiyesi için;
1/2 su bardağı yoğurt
1 adet limonun suyu
2 adet yumurtanın sarısı

Kuşbaşı tavuk etlerin üzerine hafifçe tuz ve karabiber serpilir. Una bulanıp bir kenarda bekletilir. Sıvıyağ orta boy bir tencereye aktarılıp orta ısı ateşte kızdırılır. Tavuk etleri kızgın yağa aktanıp sürekli karıştırılarak 4-5 dakika kavrulur. Yemeklik incecik doğranmış soğanlar ya da arpacık soğanlar ilave edilip karıştırılarak 2-3 dakika daha kavrulur.

Kerevizler, patates ve havuç soyulduktan sonra kuşbaşı et formunda doğranır. Sarımsaklar ise ikiye bölünür. Tavuklar suyunu bırakıp çekince kereviz, havuç, patates ve sarımsaklar tencereye aktanılır. Üzerine tuz ve karabiber ilave edilip karıştırılarak malzemeler 2-3 dakika kavrulur.

Son olarak, 4 su bardağı sıcak su da eklenip karıştırılır ve suyu kaynamaya başlayınca kadar pişirilir.

Kaynamaya başlayınca ocağın altı kısılıp yemek kısık ateşte 30-35 dakika daha pişirilir.

Diğer taraftan, terbiye sosunun hazırlanması için; yoğurt, limon suyu ve yumurta sarıları bir kasede çatal yardımıyla iyice çırpılır. Yemeğin suyundan bir kepçe kadar alınıp bu sosa eklenerek sosun ılık hale gelmesi sağlanır. Ilık haldeki sos yemeğe azar azar eklenip karıştırılır. Yemek 5 dakika pişirildikten sonra ocaktan alınır.

Not: İstenirse bu yemeğe kereviz yapraklarından da katılabilir. Kereviz yapraklarının aroması yemeğe değişik bir lezzet katacaktır.