TAVUKLU MEKSİKA LAZANYASI

Sağlıklı Tavuk Bilgi Platformu

200 Gr. Tavuk göğsü
2 Ad. Tortilla ekmeği
1 Adet Soğan
1 Diş sarımsak
1 Tutam taze kişniş
10 Gr. Jalepano biberi
2 Adet Avokado
1 Adet Domates
20 Gr. Kaşar peyniri rendesi
2 Çay kaşığı taco baharatı
1 Çay kaşığı tuz
100 ml. ranchero sos
1 Adet Cherry domates
50 ml. Ayçiçeği yağı
Yenilebilir çiçek
Ranchero Sos Malzemeleri:
100 ml. ayçiçeği yağı
100 Gr. Un
50 Gr. Salça
3 Ad. Domates
3 Çay kaşığı kimyon
3 Çay kaşığı taco baharatı
3 Çay kaşığı pul biber
1 Çay kaşığı tuz
2 Diş sarımsak
1/2 Adet Soğan
1 Adet Kırmızı kaypa biberi

Tortilla ekmekleri kalıpla kesilir. Fırında 160 °C de 10 dakika kızartılır.
Soğan ve sarımsaklar ince ince doğranır ve tavada sotelenir. Avokado, jalepano biberi, kişniş ve küp doğranmış domatesler ilave edilir, taco baharatı ve tuz ile tatlandınlır.
Tavuk göğüsleri ızgarada pişirilir; tortilla ekmeklerinin kesildiği kalıp yardımıyla kesilir.
Kızartılmış tortilla ekmeklerinin üzerine sotelenmiş sebzeler, rende kaşar ve tavuk göğüsleri konulur. Aynı işlem 3 defa tekrarlanıp 3 kat yapılarak en üste ranchero sos ve rende kaşar konulur.
Fırına alınıp kaşar peyniri eriyene kadar kızartılır. Avokado püresi ile servis edilir.
Ranchero Sos Yapılışı: İnce doğranmış soğan, sarımsak ve biber yağda kavrulur. Salça ve un ilave edilir. 1-2 dakika kavrulup üzerine soğuk su eklenir. Kısık ateşte çorba kıvamına gelene kadar kaynatılır. Domates ve baharattan ilave edilir. 1-2 dakika daha kaynatıldıktan sonra ocaktan alınır.

© lezzetler.com tarif no:139514 • adı:Tavuklu Meksika Lazanyası • gönderen:Kayıtcı • indirme tarihi:02.05.2024 - 13:42