



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU PATATES

2-3 adet tavuk but pirzola
2-3 adet patates
2-3 adet havuç
1 adet soğan
Tuz
Karabiber
Zeytinyağı
İsteğe göre salça

Öncelikle soğanımızı yemeklik doğrayalım. Patates ve havuçlarımızda küp küp keselim. Bir tavayı sıvıyağ ile ısıtıp tavuk etlerimizi nar gibi olana dek kızartalım. Bu arada tencere içinde zeytinyağı ile önce soğanımızı sonra havuç ve en son patateslerimizi güzelce soteleyelim. Dilenirse salça da ilave edilebilir. Daha sonra kızaran tavuk etleri ile beraber üstü geçecek kadar kaynar su ekliyip tuzunu ve baharatını ayarlayıp pişmeye bırakalım. Sebzelerimiz yumuşayıp etimizde pişmişse ateşten alıp sıcak olarak servis edelim.

