



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU TAZE BEZELYE

8 adet AYTAÇ ÇİFTLİK PİLİÇ Tabaklı Piliç Derisiz Bonfile (kuşbaşı kesilmiş)
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 kg taze bezelye
3 adet orta boy domates (kabuğu soyulmuş ve tavla zarı şeklinde doğranmış.)
2 su bardağı sıcak su
2 demet dereotu (ince kıyılmış)
Tuz ve çekilmiş tane karabiber

1 Geniş bir teflon tencereye zeytinyağını kızdırın. AYTAÇ ÇİFTLİK PİLİÇ Tabaklı Piliç Derisiz Bonfileleri ekleyin ve ikişer dakika kızartıp tencereden çıkartın ve bir табаға alın.
2 Tenceredeki yağın içine domatesleri ekleyin ve hemen üzerine taze bezelyeleri ilave edin.
3 Tuz ve çekilmiş tane karabiber serpiştirip sıcak suyu ilave edin.
4 Orta ısıli ateşte ara sıra karıştırarak 15 dakika pişirin.
5 Bir kenarda bekleyen AYTAÇ ÇİFTLİK PİLİÇ Tabaklı Piliç Derisiz Bonfileleri de tencereye aktarın, tencerenin kapağını kapatın.
6 Kısık ateşte 15- 20 dakika, bezelyeler iyice yumuşayınca dek pişirin.
7 Ocaktan alın, üzerine dereotunu serpiştirin ve sıcak olarak servise sunun.

