



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU USLU KENKER (BODRUM MUĞLA)

Milli Eğitim Bakanlığı

- 1 adet domates
- 1 adet kuru soğan
- 2 yemek kaşığı salça
- 1 adet tavuk göğüs eti
- ½ demet dereotu
- 4 yemek kaşığı önceden haşlanmış nohut
- ½ çay bardağı sıvı yağ
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 3 kök kenker bitkisi (şevket-i bostan)

Kenker bitkisi dikenlerinden ayıklanır, ufak ufak doğranır ve yıkanır.

Tavuk göğüs eti kuşbaşı şeklinde doğranır.

Tencereye sıvı yağ konulur, yağ kızınca tavuk eti ilave edilerek kavrulur.

Kavrulan tavuk etine küp küp doğranmış soğan ilave edilerek kavurma işlemine devam edilir.

Küp şeklinde doğranmış domatesler ilave edilir, salça, kenker, önceden haşlanmış nohut ve tuz eklenerek 5 dakika daha kavrulur.

Kaynamış su ilave edilerek yemek suyunu çekinceye kadar pişirilir.

Ocaktan inmesine yakın dereotu ilave edilerek sıcak olarak servis edilir.

