



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU VE BROKOLİLİ MAKARNA

- 4 yemek kaşığı (140 gr) tereyağı
- 1 paket kalem kesme makarna
- 1,5 dilim tavuk göğsü
- 1 büyük brokoli
- 2 adet kırmızı biber
- 1/2 demet kıyılmış maydanoz
- 6 diş dövülmüş sarımsak
- 1 kutu (200ml) krema
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Tavada tereyağı eriterek sarımsak, ince kıyılmış soğan, kırmızı biber ve haşlanıp küçük küçük doğranmış brokolileri 5 dakika soteleyin ve ateşten alın. Aynı tavada küp doğranmış tavukları hafif esmerleşene kadar yüksek ateşte kızartın. Bu sırada başka bir tencerede makarnayı kaynayan tuzlu suda 12 dakika kadar haşlayıp süzün. Tavuklar kızardıktan sonra ateşi kısın ve tavaya önceden sotelediğiniz sebzeleri ekleyin. Üzerine 1 kutu kremayı ilave edin. Son olarak kıyılmış maydanozları da ekleyerek, 3 dakika daha pişirin. Sosun yapıldığı tavaya makarnayı yavaş yavaş ekleyin. Bu şekilde sos ile daha iyi karışmasını sağlayabilirsiniz.



Fotoğraf "hünerli kız" tarafından gönderildi. 04.12.2014