



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERİYAKİ SOSLU TAVUK

- 4 adet tavuk butu (kemiksiz)
- 4 adet kabak
- 4 çorba kaşığı soya sosu
- 4 çorba kaşığı elma sirkesi
- 4 çorba kaşığı un
- 2 çorba kaşığı ayçiçekyağı

Tavuk etini iri küpler halinde doğrayın ve unlayın. Kabağı uzunlamasına dörde bölerek dilimleyin. Tavaya ayçiçek yağını koyup, tavuğu kızartın. Daha sonra yağı süzün. Kabağı da tavaya alıp, kapağını kapatın ve kabak yumuşayana kadar pişirin. Tavukları da tavaya alın. Sirke ve soya sosunu karıştırıp, tavaya ilave edin. Tavanın kapağını açıp, sosun koyulaşmasını sağlayın. Ocaktan alıp, sıcak servis yapın.

