



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNLİ DOMATES SOSLU TAVUK PİRZOLA

Gülhan Kara

8 adet tavuk pirzola
1'er çay kaşığı kekik, tuz ve kırmızı toz biber
1/2 çorba kaşığı sıvı yağ
Sos için:
4 adet domates
2 çorba kaşığı dilim siyah zeytin
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
Tuz, karabiber
1 tatlı kaşığı kekik

Tavuk pirzolarını kırmızı toz biber, tuz, kekik ve sıvı yağ karışımına bulayın.

Philips airfryer'in pişirme haznesini çıkarın. Etleri pişirme sepetine koyup hazneyi yerine yerleştirin. Isıyı 200 dereceye getirin. Pişirmeyi başlatmak için zamanlama düğmesini 25 dakikaya ayarlayın.

15. dakikada sepeti çıkarıp etleri çevirin.

Domatesleri soyup küçük küçük doğrayın. Zeytinyağını bir tencereye koyup dilimlenmiş sarımsakları ekleyin. 1-2 kez çevirip domatesi ilave edin. Sos kıvamını almaya başlayınca tuz, kekik ve zeytinleri ekleyin. Karıştırıp bir fiske karabiberle tatlandırın. Bir taşım daha kaynatıp pirzoların yanında servis edin.

Not: Tavuk pirzolarını yanında pilav, salata veya baharatlı patates dilimleriyle servis yapabilirsiniz.

