



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler  Mutluluklar Diler

TAVUKLU KIŞ YAHNISI



1 kg tavuk kuşbaşı
Yarım kg ince pırasa
1  orba kaşığı domates salçası
Yarım  orba kaşığı biber salçası
1  ay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
1 su bardağı su

- # Pırasalar çok ince doğranır. Çukur bir kapta salçalar, sıvıyağ, su ve tuz iyice çırpılır.
- # Tencereye biraz yağ konur, bir avuç kadar doğranan pırasadan bırakılır.
- #  zerine tavuk etinin yarısı, kalan pırasanın yarısı bırakılır. Sonra kalan tavuk eti ve pırasa bırakılır.
- # En son salçalı karışım gezdirilir. Kapak kapatılır.
- # Tencere harlı ateşe yerleştirilir. 10 dakika harlı ateşte piştikten sonra ocak kısık konuma getirilir. 40 dakika daha pişirilir.
- # Ateşten aldıktan sonra 10 dakika dinlendirilir.
- # Karıştırarak servise sunulur.

Not: Pırasa çok ince kıyıldığı için sadece lezzetini verir. Pırasa kullanıldığı fark edilmez.