



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

TAVUK HALAMA



1 adet orta boy tavuk
1 adet soğan
3 adet havuç
3 adet patates
1 tatlı kaşığı tuz
5 su bardağı su

- # Tavuk el kadar parçalara ayrılır. Soğan iri doğranır. Havuçlar soyulur bir kaç parçaya kesilir. Patatesler soyulur ikiye bölünür.
- # Ddkl tencere ocağı konur, iyice ısınınca tavuk parçaları yerleştirilir. Bir yüzü hafif kızarınca diğer yüzü çevrilir.
- # zerine sırayla soğan, havuç ve patates konur, tuz serpilir. Son olarak sıcak su gezdirilir.
- # Ddkl tencerenin kapağı kapatılır. Pimi çıkınca ateş azaltılır, 12 dakika pişirilir.
- # Tavuk, sebze ve suyuyla birlikte sıcak servis yapılır.

Not: Tavuk, önceden renk alacak kadar kızartıldığı için daha çabuk pişer.