



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Müteväzi Lezzetler® Azərice Yemək Tərifləri

Sulu Toyuq

Sulu Tavuk



- 2 Ədəd toyuq sinəsi
- 3 Ədəd kartof
- 3 Orta boy baş soğan
- 3 Ədəd yekə pamidor
- 1 Qəhvə fincanı duru yağ
- 3 Ədəd göy sivri bibər
- 1 Çaq qaşığı qara bibər
- 2 Çə qaşığı duz
- 1 Çay qaşığı tamat

Soğanlar yarım xalq şəklində doğranır, 1 qəhvə fincanı yağda yumuşayana qədər qovrulur, tamat əlavə olunur
Üzərinə bir az incə doğranmış sivri bibər qoyulur, bir neçə dəfə qovrulu, rəndələnmiş pamidor əlavə olunur.
Pamidor bir neçə dəfə daşib bişincə quşbaşı doğranmış kartof əlavə edilir. Bu şəkildə hardasa 30 dəqiqə orta atəşdə bişirilir.
Bişmədən həmişə əvvəl duz və qara bibər əlavə olunur, ocaqdan alınır.
İsti olaraq ximdət eüdlir.

Not: Bu yeməyə sezonuna görə yerkökü, boranı kimi tərəvəzlərdə əlavə edilə bilər, sulu toyuğa qətiyyən əlavə su qoyulmamalıdır.