



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Toyuqlu Səmiş otu

Tavuklu Səmişotu



2 Dəstə səmişotu
250 qr. toyuq quşbaşı
1 Ədəd iri quru soğan
2 Ədəd iri pomidor
2 Ədəd çarliston bibəri
8 Şorba qaşığı duru yağ
1 Çay stəkani düyü
1 Şu stəkani isti su
1 Şirin qaşığı duz

- # Səmişotu ayırd ediyər, yuyunar, bir neçə parçaya bölünər.
- # Qazana duru yağ qoyular, qızın tərəfindən toyuq əti atılar, sununu salıb çəkənə qədər qovrular.
- # Üzərinə incə doğranmış quru soğan atılar. Soğan şəffaflaşınca incə doğranmış çarliston bibəri əlavə olunar.
- # Bibər saralınca, rəndə pomidor və duz atılar, 1 - 2 dəqiqə sonra səmiş otu qatılar, qarışdırılır, qazanın qapağı bağlanılır.
- # 10 dəqiqə sonra ilıq su və düyü atılar, qapaqlı olaraq, batıq atəşdə 20 dəqiqə bişirildikdən sonra atəşdən alınar.
- # İsti olaraq süfrəyə gətirilər.

Not: Təzə tərəvəzlər, bıçaq istifadə etmədən bölünə oksidlənməz və vitaminini qoruyar.