



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Indianer Hähnchen

Kızilderili Tavuk



4 Hühnerbrüste
3 EL Joghurt
3 EL Öl
3 EL Wasser
1 EL Tomatenmark
1 ½ KL Salz
1 TL Pfeffer

- # Die Hühnerbrust kochen, aus dem Kochwasser nehmen, in einen Sieb geben und die Flüssigkeit abtropfen lassen und zugleich auch das abkühlen erreichen.
- # In eine tiefe Rührschale Joghurt, Öl, Salz, Wasser und Pfeffer geben und bis eine geschmeidige Masse entsteht verquirlen.
- # Abgetropfte Hühnerbrüste in einen kleinen Backblech geben auf die Hühnerbrüste die Joghurtmischung hinzufügen und die Hühnerbrüste gut damit einbetten.
- # In das zuvor auf 200 Grad vorgeheizten Backofen bis es eine knallrote Farbe bekommt backen.
- # Warm servieren.

Tipp: Mit dieser Soße können alle Hühner- oder Putenfleischgerichte gebacken werden.