



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

Hühnerfleisch mit Erbsen

Bezelyeli Tavuk



½ kg klein gewürfeltes Hühnerfleisch
1 Glas Erbsen aus der Konserve
1 grosse Zwiebel
4 Spitzpaprika
1 EL gefüllte Tomatenmark
1 Teeglas Öl
1 ½ Teegläser warmes Wasser
1 ½ KL Salz
½ KL Pfeffer

- # Bei mittlerer Stufe in einem Topf Öl erhitzen und dünn geschnittene Zwiebel hinzugeben. Die Zwiebel glasig dünsten.
- # Entkernte und klein geschnittene Paprika hinzugeben und dünsten bis sie sich farblich verändern.
- # Anschliessend klein gewürfeltes Hühnerfleisch hinzugeben, den Deckel des Herdes schliessen und bei mittlerer Stufe 20 Minuten kochen.
- # Dem Kochenden Hühnerfleisch kann Tomatenmark, Salz und Pfeffer hinzugemischt werden und solange dünsten bis der Tomatenmarkgeruch nicht mehr zu vernehmen ist.
- # Als letztes abgetropfte Dosenersben hinzugeben und einige Male wenden und 1 ½ Gläser Wasser einfüllen.
- # Bei mittlerer Stufe mit geschlossenem Deckel 20 Minuten köcheln lassen und danach vom Herd nehmen.
- # Heiss zu Tisch bringen.

Tipp: Wenn Hühnerfleisch mit Erbsen mit frischen Erbsen zubereitet wird, dann sollte die Kochzeit und die Menge des Wasser ein wenig erhöht werden.