



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

Pollo Beykoz

Piliç Beykoz



2 berenjenas grandes
800 gramos de pechuga de pollo
1 cebolla
2 tomates
1/2 cucharadita de harina
1 cucharadita de sal
7 cucharadas de aceite vegetal
2 vaso de agua

Por Aderezo:
2 tomates pequeños
2 pequeños pimientos dulces

- # Pell las berenjenas, para obtener su sabor amargo esperar que en agua salada durante media hora.
- # Escurrir y cortar cada berenjena en 4 pedazos como gobernantes.
- # Saltee las berenjenas con aceite de punto rojo por un rato.
- # Agregar el pollo en el aceite que queda después de la sautéing berenjenas y saltee ellos también, entonces añadir cebolla cortada finamente y la harina, revolver, añadir el tomate rallado, la sal, y el agua caliente, cocinar a fuego lento durante 25 minutos.
- # Coloque la cruz berenjenas, agregar la mezcla de pollo en el centro, cerca de la cruz lados de la berenjenas, ya que se establecen al mismo tiempo la puesta en la bandeja del horno.
- # En primer lugar rodaja de tomate en él y, a continuación, el tramo pimienta, y luego verter 1 taza de agua caliente.
- # Cocine en el horno a 180 C durante unos 15-20 minutos.

Nota: Se puede cocinar este plato también mediante el uso de calabacín en lugar de berenjena.