



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Ricette di cucina

Stufato di Pollo con Pisello

Bezelyeli Tavuk Yahnisi



1 pollo intero
1 scatola di pisello
3 pomodori
2 cipolle
2 pepe italiane
7 cucchiari olio d'oliva
1 cucchiaino di sale

- # Si leva il pelle di pollo e poi si divide ed i pomodori si sbuciano e si tagliano in cubo poi si levano i semi e si tagliano in fine e cipolle si tagliano in fine .
- # Nella ciotola si mette olio d'oliva e dopo aver riscaldato si aggiunge pollo e si cucinano circa per 3 – 4 minuti e cosi si cambia il colore di tutte due parti.
- # Alla sopra si aggiunge cipolla macinata in fine. E poi si coperta il coperchio si cucina ancora per 10 minuti poi si aggiunge il pomodoro e si cucina finchè cambia la forma.
- # Nella pentola si mette piselli filtrati sale e pepe italiane si miscelano si coperta il coperchio senza aggiungere l'acqua. Si cucina sul fuoco medio circa per 15 – 20 minuti.
- # Si servirsi in caldo.

Nota: Se si vuole d'usare pisello fresco allora si può aggiungere dopo bollimento di pollo.