



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

Pollo con Aglio

Sarımsaklı Tavuk



Un kg filetto di pollo
4 spicchi d'aglio
Mezzo bicchiere di latte
1 cucchiaio di farina
2 cucchiaini di sugo di soia
4 cucchiaini olio d'oliva
Mezzo succo di limone
Un bicchiere formaggio grattugiato
Mezzo cucchiaino di pepe nero
Un cucchiaino di sale

Filetto di pollo Italia poi dall'altra parte si che sta bene aglio poi alla sua presa giungono tutti i materiali tranne olio d'olive.
La miscelata si svuota sopra dei polli poi si fa sotto sopra dopo si coperta il coperchio e si mette nel frigo circa per due ore.
Dopo del tempo in una padella si mette olio d'oliva quando riscalda si aggiunge alla miscelata di pollo si cucina finché cambiano i colori

Nota: Per non pizzicare alla padella olio d'oliva si deve riscaldare bene.