



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

Pollo al Pistacchio

Fıstıklı Tavuk



Due cosce di pollo
Un uovo
Una cipolla
Un cucchiaino sugo di soia
Un cucchiaino di zucchero
2 cucchiaini olio vegetale
2 cucchiaini amido
2 spicchi d'aglio
2 pepe
Mezzo bicchiere di pistacchi
Un cucchiaino d'aceto
Un cucchiaino di sale

- # Levano le cosce si levano dall'osso e si tagliano in cubo.
- # Alla sopra si mettono 3 cucchiaini di olio vegetale uovo amido di grano zucchero e sugo di soia poi si miscelano.
- # Nella pentola si mette un bicchierino d'olio vegetale quando riscalda si aggiungono le carni di pollo.
- # Nel momento arrossamento di pollo la cipolla si taglia in fine aglio si pesta e le spezie e le cipolle fresche si tagliano.
- # Dopo qualche minuto le carni si levano dall'olio poi la cipolla si mette dentro dell'olio lo stesso alla sopra si aggiungono spezie ed aglio si arrossiscono.
- # Quando le spezie cambiano i colori si aggiungono le cipolle fresche si cucinano ancora per qualche minuto poi si aggiunge la carne di pollo.
- # Dopo si aggiungono aceto e sale si miscelano ultimamente si aggiungono i pistacchi e si cucina 10 minuti.
- # Servirsi in caldo.

Nota: Pollo al pistacchio ed una ricetta sana della cucina di Cina.