



## Bollimento di Pollo con il Sugo

Terbiyeli Tavuk Haşlama



1 pollo piccolo  
2 carote  
2 patate  
1 cucchiaino di sale  
4 cucchiai d'acqua  
Per il sugo;  
1 bicchierino di yogurt  
1 cucchiaio di farina  
1 uova  
1 bicchierino di sale

- # Il collo si setta poi si mette in una pentola si aggiunge l'acqua si può aperta il coperchio e si lascia per bollire.
- # Alla sopra si aggiungono carote tagliate in dado e si cucina ancora per 5 o 6 minuti.
- # Dopo si aggiungono patate tagliate in dado e sale si continua a cucinare circa per 10 minuti.
- # In questo momento ho si prepara il sugo. Per questo si prende dall'acqua bollente per qualche cucchiaio per riscaldare il sugo.
- # Poi il suo si aggiunge nel pollo bollente per cucina ancora tre o quattro minuti poi si leva dal fuoco.
- # Servirsi in caldo.

Nota: Questa ricetta si può consumare come il cibo di dieta.