



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

---

## Pollo con Senape

Hardallı Tavuk



1 kg pollo  
1 bicchierino olio d'oliva  
1 cipolla  
2 cucchiari sugo di senape  
1 cucchiaino di farina  
1 cucchiaino di pepe nero  
1 bicchiere d'acqua  
1 cucchiaino di sale

# Il pollo si divide in piccoli pezzi. In una padella si mette olio d'oliva e dopo aver riscaldato si aggiungono i pezzi di pollo. Si arrossiscono tutte e due le facce.

# Alla sopra si aggiungono cipolle tagliate insieme con mezzo cucchiaino di sale e si coperta il coperchio e si lascia a cucinare circa per 10 minuti.

# In un'altra ciotola si miscelano l'acqua sugo di senape farina e mezzo cucchiaino di sale e pepe nero.

# Si aggiunge sopra di pollo con cipolla. Si coperta il coperchio e si continua a cucinare circa per mezz'ora.

# Servirai in caldo.

**Nota:** Per questa ricetta si è usata sugo di senape. Se volendo di usare senape viene basta usare per un cucchiaino.