



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

Pollo con Salsa di Soia

Soya Soslu Tavuk



Mezzo kg. carne di pollo senza ossa
2 bicchierini amido di grano
Mezzo bicchierini salsa di soia
1 bicchierino d'olio vegetale
1 aglio medio
Mezzo cucchiaino di sale

- # Carne di pollo si taglia in cubo, si mette in una citola profonda, sopra si aggiunge amido di grano e si mescolano poi si aggiungono salsa di soia e metà d'olio vegetale.
- # Poi nella miscelata carne di pollo dopo 15 minuti si aggiunge aglio tagliato.
- # L'altra metà d'olio vegetale si mette nella padella grossa. dopo aver riscaldato si aggiunge aglio e si fa girare per qualche volta.
- # Dopo aver cambiati i colori d'aglio si aggiungono le carne . Si cucinano sul fuoco alto circa per 15 - 20 minuti .
(Se non si cucina sul fuoco alto allora non si lascia il fuoco e non diventa gustosa)
- # Nel momento di cucinamento si pizzica la sale e si mescola poi si leva dal fuoco.
- # Si servirsi in caldo insieme con qualsiasi garniture.

Nota: Nel momento di aggiungere sale si deve essere attento perchè salsa di soia include sale abbastanza.