



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)  
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

## Курица в маслинах

Zeytinli Tavuk



500 гр. филе курицы  
2 ст.л. оливкового масла  
1 крупная морковь  
1 шт. красного болгарского перца  
2 шт. зеленого сладкого длинного перца  
1 крупный кабачок  
2 ст.л. оливкового масла  
0,5 ч.л. соли  
0,5 ч.л. черного молотого перца  
Выложить сверху:  
3 спелых помидора  
2 зубчика чеснока  
1 щепотка свежего базилика  
Цедра половины лимона  
20 шт. маслин  
20 шт. оливок  
2 ст.л. оливкового масла  
0,5 ч.л. соли

# Филе курицы порезать соломкой, обжарить в сковороде с тефлоновым покрытием на оливковом масле. Не доводя до готовности посолить, поперчить. Выложить из сковороды.

# В сковороду налить 2 ст.л. оливкового масла, когда оно нагреется на медленном огне, добавить мелко рубленный чеснок.

# Когда чеснок изменит цвет, добавить очищенные от кожуры и порезанные кубиками помидоры.

# Когда помидоры тушатся до состояния пасты добавить мелко рубленный базилик, цедру лимона (тертую на мелкой терке), очищенные от косточек и порезанные маслины и оливки, посолить. Готовить 5 минут, выложить из сковороды.

# В сковороду с тефлоновым покрытием налить 2 ст.л. оливкового масла, нагреть на среднем огне и добавить порезанную соломкой морковь, затем каждые 3 минуты добавлять порезанные соломкой зеленый, красный перцы и кабачок, посолить, перемешать, готовить до полуготовности.

# Сверху на овощи положить обжаренную курицу, затем тушеные помидоры с маслинами. Накрыть крышкой и готовить на медленном огне 20 минут.

Это блюдо лучше готовить из куриных голеней.