



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

Курица с картошкой

Patatesli Tavuk



1 небольшая целая курица
4 средние картошки
4 средних помидора
3 зубчика чеснока
3 шт. тонкого зеленого перца
1 средняя луковица
5 ст.л. оливкового масла
1 ч.л. черного молотого перца
1 ч.л. соли

Курицу разделить на части, снять кожу. В мелкую кастрюлю налить оливковое масло, поставить на средний огонь. Кусочки курицы обжарить с одной стороны, затем перевернуть.

Сверху добавить мелко порезанный лук и чеснок, накрыть крышкой и готовить 8-10 минут. Затем крышку открыть и перемешать.

Посолить, поперчить, затем добавить крупно порезанный картофель, крупно порезанный перец и тертые на терке помидоры.

Закрыть крышкой, готовить на среднем огне 25-30 минут. (Воду не добавлять).

Подавать горячим.

Куриный жир находится под кожей, поэтому людям с проблемами холестерина особенно не рекомендуется употреблять кожу в пищу.