



Приправленная вареная курица

Terbiyeli Tavuk Haşlama



1 не большая курица
2 средние моркови
2 картошки
0,5 ч.л. соли
4 стакана воды
Для соуса:
0,5 стакана йогурта
1 ст.л. муки
1 яйцо
0,5 ч.л. соли

Курицу разделать на кусочки, положить в кастрюлю, добавить воду, закрыть крышкой и варить до полуготовности.

Добавить порезаную кубиками морковь, варить еще 5-6 минут.

Затем добавить порезаную такими же кубиками картошку и соль, варить еще 10 минут.

Для соуса взбить яйцо, йогурт, муку и соль. Добавить несколько ложек горячего куриного бульона, перемешать и потихоньку вылить соус в курицу.

Варить еще 3-4 минуты, затем снять с огня.

Подавать горячим.

Употреблять как диетическое блюдо.