



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

Курица Табез

Tavuk Tabez



2 куриные грудинки
1 луковица
2 стол.ложки раст.масла
3 зелёных длинных перца
4 стол.ложки консерв.зелён.горошка
1 стол.ложка томат.пасты
1 чайн.ложка соли
Пол чайн.ложки чёрного молот.перца
Для теста:
Дрожжи (половина спичечной коробки)
1 яйцо
3 стол.ложки не сладкого йогурта
2 стол.ложки раст.масла
2 стакана муки
1 чайн.ложки соли
Пол стакана тёплой воды

- # Развести дрожжи в тёплой воде, добавить йогурт, яйцо, соль, понемногу муку, после добавить раст.масло и замесить тесто без комочков, закрыть влажным полотенцем и оставить на 1 час.
- # В это время, приготовить начинку: мелко порезанную курицу обжарить на раст.масле, добавить мелко рубленые перцы, лук, томат.пасту, зелён. горошек, потушить ещё 5 минут и снять с огня.
- # Раскатать тесто размером чуть больше тарелки.
- # Раскатанное тесто выложить в форму для запекания кексов.
- # Сверху положить начинку.
- # Края теста завернуть на начинку.
- # Дать настояться 1 час.
- # Запекать 45 минут, при температуре 175.
- # Достать из духовки, перевернуть.
- # Остудить и подавать к столу.

Раст.масло в тесто добавляется последним для того, чтобы оно хорошо поднялось.