Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

BEZELYELİ TAVUK YAHNİSİ



1 adet bütün tavuk
1 kutu konserve bezelye
3 adet domates
2 adet kuru soğan
2 adet sivri biber
7 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz

Tavuğun derisi alınır, parçalara ayrılır, domatesler soyulur küp şeklinde doğranır, biberlerin tohumları çıkarılır, ince doğranır, soğanlar ince doğranır.
Tencereye zeytinyağı konur, ısınınca tavuk parçaları yerleştirilir, 3 – 4 dakika sonra renk alınca çevrilir, iki yüzü de renk almış olur.
Üzerine ince kıyılmış soğan konur, tencerenin kapağı kapatılır, 10 dakika kadar pişirilir. Daha sonra domates eklenir, şeklini kaybedene kadar pişirilir.
Tencereye suyu süzülmüş bezelye, tuz ve sivri biber eklenir, karıştırılır, su eklenmez, tencerenin kapağı kapatılır, orta ateşte 15 – 20 dakika pişirilir.
Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Bezelyeli tavuk yahnisi için taze bezelye kullanılacaksa; haşlandıktan sonra tavuğa eklenmelidir.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 1303 | Adı: Bezelyeli Tavuk Yahnisi | İndirme tarihi: 29.03.2024 - 11:04