FISTIKLI TAVUK



2 adet tavuk budu
1 adet yumurta
1 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı soya sosu
1 çay kaşığı şeker
3 çorba kaşığı sıvıyağ
2 çorba kaşığı nişasta
2 diş sarımsak
2 adet dolma biberi
Yarım su bardağı yer fıstığı
1 tatlı kaşığı sirke
1 tatlı kaşığı tuz

İlk işlem olarak tavuk kemiklerinden ayrılır, kuşbaşından iri doğranır.
Üzerine 3 çorba kaşığı sıvıyağ, yumurta, buğday nişastası, şeker ve soya sosu katılır, karıştırılır.
Tencereye 1 çay bardağı sıvıyağ konur. Isınınca tavuk parça parça atılır.
Tavuk kavrulurken kuru soğan ince doğranır, sarımsak ince kıyılır, taze soğan ve tohumları temizlenmiş biber biraz iri doğranır.
Tam kızarmayan tavuklar yağdan alınır. Aynı yağa soğan atılır ve yumuşayana kadar kavrulur. Üzerine sarımsak ve biber katılır.
Biber sararınca taze soğan ilave edilir. Birkaç dakika sonra yarım pişmiş tavuk eklenir.
Sirke ve tuz katılır, karıştırılır. Son olarak iri kırılmış yer fıstığı atılır. 10 dakika pişirilir.
Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Fıstıklı tavuk Çin mutfağın ait sağlıklı bir yemektir.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 1379 | Adı: Fıstıklı Tavuk | İndirme tarihi: 29.03.2024 - 13:30