



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

ZENCEFİLLİ TAVUK



Yarım kg. kuşbaşı tavuk eti
2 Çorba kaşığı buğday nişastası
2 Çorba kaşığı su
4 Adet taze soğan
1 Dolu tatlı kaşığı toz zencefil
2 Çorba kaşığı soya sosu
2 Adet kesme şeker
Yarım tatlı kaşığı tuz
2 Çorba kaşığı sıvıyağ
Kızartmak için;
2 Su bardağı sıvı yağ

Nişasta ve 2 çorba kaşığı su karıştırılır, çukur bir kapta bulunan kuşbaşı tavuk etinin üzerine dökülür, karıştırılır, 10 – 15 dakika bekletilir.

Daha sonra kızgın sıvı yağda kızartılır. Fazla yağını almak için kağıt havluya çıkarılır.

Tavaya 3 çorba kaşığı sıvı yağ konur, orta ateşte ısınınca toz zencefil katılır, birkaç kez çevrilir, ince kıyılmış taze soğan ilave edilir.

Taze soğanların rengi biraz dönünce soya sosu, kesme şeker ve tuz eklenir, kısa süre karıştırılır.

Karışımın zerine kızarmış tavuk etleri konur, ocak kısık konuma ayarlanır, ara sıra karıştırarak 10 – 15 dakika pişirilir.

Sıcak olarak servis tabağına konur, isteğe göre üzerine ince kıyılmış maydanoz serpilebilir.

Not: Zencefilli tavuk Uzakdoğu kökenli bir yemektir. Çin'de vog denen ortası çukur tavada kızartılır.