



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

SULU TAVUK



- 2 Adet tavuk göğsü
- 3 Adet patates
- 2 Orta boy kuru soğan
- 3 Adet iri olgun domates
- 1 Kahve fincanı sıvı yağ
- 3 Adet yeşil sivri biber
- 1 Çay kaşığı karabiber
- 2 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Tatlı kaşığı salça

- # Soğanlar yarım halka şeklinde doğranır, 1 kahve fincanı yağda yumuşayana kadar kavrulur, salça eklenir.
- # Üzerine biraz ince doğranmış sivri biber konur, bir kaç kez kavrulur, rendelenmiş domates eklenir.
- # Domates bir kaç taşım pişince, kuşbaşı doğranmış tavuk göğsü eklenir.
- # Tavuk eti tam pişmeden, kuşbaşı doğranmış patates ilave edilir. Bu şekilde yaklaşık 30 dakika orta ateşte pişirilir.
- # Pişmeden hemen önce tuz ve karabiber eklenir, ocaktan alınır.
- # Sıcak olarak servis yapılır.

Not: Bu yemeğe mevsimine göre havuç, kabak gibi sebzeler de eklenebilir. Sulu tavuğa kesinlikle ilave su konulmamalıdır.