

Fesleğen Soslu Tavuklu Kabak Tekneleri

Süre: 50 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 20 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 30 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 2 büyük kabak
- 300 g tavuk göğsü
- 2 yemek kaşığı fesleğen sosu
- 1 domates
- 100 g mozzarella
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- Tuz ve karabiber

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Süt ürünleri; fesleğen sosunda çam fıstığı bulunabilir.

Ön Hazırlık:

Fırını 190°C'ye ısıtın. Kabakları yıkayıp uzunlamasına ikiye bölün ve içlerini kaşıkla çıkarın; domatesi doğrayın. Tavuk göğsünü ayrı bir tahtada küçük küpler halinde kesin, fesleğen sosu ile mozzarellayı hazırlayın ve çiğ tavukla temas eden yüzeyleri temizleyin.

Kiraz'ın Mutfağı

Servis Önerisi:

Kabak teknelerini fırından çıkardıktan sonra birkaç dakika dinlendirin. Tavuklu-fesleğenli içi ve erimiş mozzarellayı her tekneye paylaştırıp sıcakken servis edin; kabak tabanını delmeden tabağa alın.

Yapılışı:

1. Kabakları ön pişirin:

- Kabakları uzunlamasına ikiye bölüp içlerini kaşıkla çıkarın; ince bir taban bırakın.
- Tekneleri zeytinyağı ve tuzla ovup 190°C fırında 10 dakika yumuşatın.

2. Tavuklu içi hazırlayın:

- Tavuk göğsünü küçük küpler halinde kesip tavada tamamen pişirin.
- Fesleğen sosunu ve doğranmış domatesi ekleyip karıştırın; tuzunu kontrol edin.

3. Tekneleri doldurun:

- Tavuklu harcı ön pişmiş kabaklara paylaştırın.
- Mozzarella dilimlerini üste yerleştirip tekneleri fırın tepsisine alın.

4. Peyniri eritin:

- Kabak yumuşayıp peynir eriyene kadar 190°C fırında yaklaşık 15 dakika pişirin.
- Bir tavuğun içini kesip tamamen piştiğini doğrulayın; sıcak servis edin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Tavuk küplerinin iç sıcaklığı, en kalın parçadan gıda termometresiyle ölçüldüğünde 74°C olmalıdır. Kabaklar çatalla yumuşamalı ama tekne biçimini korumalı; domatesli iç harç sulanmamalı ve mozzarella erimiş olmalıdır.

Saklama:

Artan tekneleri iki saat içinde sığ, kapaklı bir kaba alıp buzdolabına kaldırın ve iki gün içinde tüketin. Yeniden ısıtırken üzerlerini kapatıp fırında tutun; tavukların içi iyice ısınırken kabakların tamamen dağılmamasını kontrol edin.

>> **İpucu:** Kabakların içini ince tekne kalacak şekilde çıkarın; iç harcı doldurmadan önce kabakları kısa süre ön pişirin.

Kiraz'ın Mutfağı