



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Tavuklu Kabak Yemeđi



Süre: 40 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 25 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 500 g tavuk kalça kuşbaşı
- 4 kabak
- 1 kuru soğan
- 2 domates
- 2 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1/2 demet dereotu
- 1 çay kaşığı kırmızı toz biber
- Tuz
- Karabiber

Ön Hazırlık:

Et ve sebzeler için ayrı kesme tahtaları kullanın. Malzemeleri benzer büyüklükte doğrayın; etin mühürlenmesi gereken tariflerde tavayı önceden iyice ısıtın.

Servis Önerisi:

Yoğurt ve ince kıyılmış dereotuyla sıcak servis edin.

Yapılışı:

1. Tavuğu soteleyin:

- Tavukları kızgın tencerede renk alana kadar çevirin.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

2. Tabanı hazırlayın:

- Soğan sarımsak ve domatesi ekleyip kısa süre pişirin.
-



3. Kabağı katın:

- Yarım ay kesilmiş kabakları baharatlarla tencereye ekleyin.
- Karıştırma işlemini malzemeleri ezmeden, alttan üste doğru yapın. Tuz ve baharatı son kez kontrol ettikten sonra bir sonraki aşamaya geçin.

4. Kısık ateşte pişirin:

- Kapağı kapatıp kabaklar biçimini koruyarak yumuşayana kadar pişirin.
-

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Tavuk veya hindi parçalarının en kalın yerini kontrol edin; içi pembe kalmamalı ve çıkan su berrak olmalıdır. Gıda termometresi kullanıyorsanız merkez sıcaklığı en az 74°C olmalıdır.

>> **İpucu:** Kabak kendi suyunu bırakacağı için başlangıçta su eklemeyin.

Kiraz'ın
Mutfağı