

Tek Tavada Tavuk Sote

Süre: 30 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 10 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 20 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 3-4 kişilik

Malzemeler:

- 400 g tavuk göğsü, 2 cm küp doğranmış
- 1 kuru soğan, piyazlık doğranmış
- 1 kırmızı kapya biber, şerit doğranmış
- 1 yeşil biber, şerit doğranmış
- 1 domates, küp doğranmış
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 çay kaşığı tatlı toz biber
- Tuz ve karabiber

Ön Hazırlık:

Tavuğu sebzelerden ayrı kesme tahtasında doğrayıp kağıt havluyla kurulayın. Geniş tavayı önceden ısıtmak tavuğun suyunu salıp haşlanmasını önler.

Yapılışı:

1. Tavuğu mühürleyin:

- Tavayı iyice ısıtıp yağın yarısını ekleyin. Tavuğu tek kat halinde 4-5 dakika, yüzeyi renk alana kadar çevirin; tavadan temiz tabağa alın.

2. Sebzeleri soteleyin:

- Kalan yağla soğan ve biberleri 4 dakika soteleyin. Domates ile toz biberi ekleyip 3 dakika daha pişirin.

3. Birleştirip tamamlayın:

- Tavuğu ve tabağındaki suyu tavaya geri koyup karıştırın. Kapağı kapalı olarak 7-8 dakika pişirin.
- Tavuğun en kalın parçasının iç sıcaklığını kontrol edin; 74°C'ye ulaşınca tuz ve karabiberi ayarlayıp servis edin.

Kiraz'in Mutfağı

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Tavuk tamamen pişmiş, sebzeler yumuşamış ama biçimini korumuş olmalıdır. Tavada az miktarda sos kalması yeterlidir.

Saklama:

2 saat içinde kapalı kaba alıp buzdolabında 3 güne kadar saklayın. Tavada, her tarafı iyice ısınana kadar çevirerek ısıtın.

>> **İpucu:** Tava küçükse tavuğu iki partide mühürleyin; tavayı doldurmak sıcaklığını düşürüp sulandırır.

Kiraz'ın Mutfağı