



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Yoğurtlu Tavuk Sote



Süre: 40 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 20 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 20 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 600 g tavuk göğsü
- 1 su bardağı yoğurt
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 1 kırmızı biber
- 1 yeşil biber
- 1 kuru soğan
- 2 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 çay kaşığı kırmızı toz biber
- Tuz

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Süt ve süt ürünleri.

Ön Hazırlık:

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

Servis Önerisi:

Bulgur pilavı ve mevsim salatasıyla sıcak servis edin.

Yapılışı:

1. Tavuğu marine edin:

- Yoğurt salça sarımsak ve baharatları tavukla karıştırıp dinlendirin.
- Kabın üzerini kapatın ve bekletme işlemini buzdolabında yapın; pişirmeden kısa süre önce çıkararak aşırı soğukluğunun geçmesini bekleyin.

2. Sebzeleri soteleyin:

- Soğan ve biberleri kızgın tavada kısa süre çevirin.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

3. Tavuğu pişirin:

- Marine tavukları tavaya tek kat ekleyip tamamen pişirin.
-

4. Birleştirin:

- Sebzeleri geri ekleyip sos koyulaşana kadar birkaç dakika pişirin.
- Sosu orta-kısık ateşte ve sürekli karıştırarak hazırlayın. Kaynatıp kesilmesine veya fazla koyulaşmasına izin vermeden diğer malzemeyle birleştirin.

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:** Yoğurtlu marinadın yanmaması için tavayı aşırı doldurmayın.

Kiraz'ın
Mutfağı