

Cin Tavasi

Malzemeler

Yarım paket cin makarnasi (spagettiyle de yapabilirsiniz)

2 tane havuc

2 tane kapy a biber

10 tane kadar kucuk kabak (kabak biraz uzun olursa sayiyi azaltin, ortadan bolun)

1 butun tavuk gogus eti

2 yemek kasigi soya sosu

1 cay kasigi karabiber, tuz

1 cay bardagi sivi yag

1 tane sogan

Yapilisi

Oncelikle sebzelerimizi iyice yikiyoruz. Daha sonra julyen dogruyoruz. Tavuklarimizi da ayni sekilde dogruyoruz. tencereye su koyup kaynatiyoruz. Bir cay kasigi tuz atip makarnalarimizi pisirdikten sonra suzuyoruz. Cukur bir tavaya sivi yagimizi cok az ayirip koyuyoruz. 1 tane sogani ince bir sekilde dograyip yaga ilave ediyoruz. Havuclar gec piser onlari da soganla birlikte kavuruyoruz. Kabaklarimizi da ilave ediyoruz. En uste kapy a biberlerimizi koyuyoruz (cabuk pistikleri icin en son ilave ediyoruz). Fazla karistirmedan yumusayana kadar pisiriyoruz. Bir tavaya bardagin dibinde kalan cok az yagimizi koyup tavuklarimizi agir ateste, karabiberini tuzunu koyup, pisiriyoruz. Hizli ateste kizarmalarini istemiyoruz. Pisen sebzelerimize suzdugumuz makarnamizi, pisirdigimiz tavuklarimizi, 2 yemek kasigi soya sosumuzu da ilave edip ezmeden karistiriyoruz. dilerseniz yemege soya filizide ekleyebilirsiniz. ellerimize saglik