

Portakallı Tavuk Külbastı

Toplam 28 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 14 dk

4 kişilik

Kolay

~284 kcal

Açılış 7/10

Antalya usulü portakallı tavuk külbastı tavuk dilimlerini portakal suyu ve kekikle buluşturarak parlak, sulu ve yaz akşamına uygun bir ana yemek hazırlar.

Malzemeler

- 550 gr Tavuk göğsü
- 0.8 su bardağı Portakal suyu
- 1 çay kaşığı Kekik
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 çay kaşığı Tuz

Yapılışı

1. Tavuk külbastı tuz, kekik ve portakal kabuğuyla ovun.
2. Tavayı sırtına tavukları ilk yüzü 4 dakika mühürleyin.
3. Diğer yüzünü 3 dakika pişirin.
4. Portakal suyunu ekleyin ve 4 dakika sosu çektin.
5. Tavuğu 3 dakika dinlendirin, et suyu kesitte dışarı kaçmasın.

PÜF NOKTASI

Portakal suyunu son bölümde eklemek tavukta canlı bir tat bırakır.

SERVİS ÖNERİSİ

Tavuğu sıcak servis yapın, yanına bulgur pilavı ve roka koyun.