

Cajun Tavuk

Toplam 25 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 15 dk

4 kişilik

Kolay

~310 kcal

Açılış 8/10

Cajun baharatıyla kaplanan tavuk parçalarını tavada hızlı pişiren hali.

Malzemeler

- 600 gr Tavuk göğsü
- 3 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı Toz kırmızı biber
- 1 çay kaşığı Sarımsak tozu
- 0.5 çay kaşığı Kimyon
- 0.5 çay kaşığı Karabiber

Yapılış

1. Tavukları şerit doğrayın yağ ve baharatla karıştırın.
2. Geniş tavaya tavukları tek sıra yerleştirin.
3. Tavukları 12-15 dakika çevirerek pişirin.

PÜF NOKTASI

Tavukları eş kalınlıkta kesin; parçaları aynı sürede pişer.

SERVİS ÖNERİSİ

Mısır ekmek ve yoğurtlu dip sosla servis edin.