

Zeynep Yarođlu-Kayseri

Chiali Ispanaklı Tavuk Sarma

Malzemeler

Tavuk Sarma için:

Tavuk Bonfile

Chia Tohumu

Kolot Peyniri

Süt

Közlenmiş Kırmızıbiber

Ispanak

Yeşil Soğan

Kekik

Tuz

Sos için:

Közlenmiş Kırmızıbiber

1 Diş Sarımsak

Zeytinyađı

Chili Biber Tozu

Tuz

1-Tavuklar iri iri küpler halinde doğranır ve üzerlerine kekik serpilir. Isıtılan tavada çok az zeytinyağ ile tavukların iki tarafı pişirilir.

2-Ayrı bir tavada chia tohumları tuz ve süt ile pişirilir. Pişen chia tohumları şişer ve jelimsi bir yapı oluşturur.

3-Ispanaklar kaynar suda çok kısa bir süre haşlanır sonra buzlu suya atılarak şoklanır. Böylece doğal yeşil rengini kaybetmezler.

4-Bir yaprak ıspanak serilir ve üzerine bir adet tavuk, bir tatlı kaşığı chia harcı, bir dilim kolot peyniri ve közlenmiş biberler konulur. Ispanak sarılarak yeşil soğan ile bağlanır.

5-Sarmanın üzerine bir ince dilim kırmızıbiber ve peynir konulur.

6-Sos yapımı: Közlenmiş biberlere 1 diş dövülmüş sarımsak eklenir. Daha sonra zeytinyağı, tuz ve chili biberler de eklenerek blenderda çekilir.

7-Sarmalar sos ile servis edilir.