PETITE GOURMETS

AVRUPA

Cajun Tavuklu Makarna

Baharatlı Louisiana çeşnili kremalı Cajun tavuklu makarna. 30 dakikada hazır tek tava tarifi, yumuşacık tavuk ve zengin krema sosuyla.

10 min	20 min	30 min	6	Easy
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 1 libre tavuk eti
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 libre makarna
- 1 yemek kaşığı tereyağ
- 1 soğan
- 15 ons domates
- 2 bardak tavuk suyu
- 3 taze soğan
- 2 ons krem peynir
- 2 çay kaşığı paprika biber
- 1 çay kaşığı kuru kekik
- 1 çay kaşığı soğan tozu
- 1 çay kaşığı sarımsak tozu
- 1 çay kaşığı arnavut biberi
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Yapılışı

1. **Cajun baharatını hazırlayın**

   Küçük bir kasede 2 çay kaşığı tatlı kırmızı biber, 1 çay kaşığı acı kırmızı biber, 1 çay kaşığı sarımsak tozu, 1 çay kaşığı soğan tozu, 1 çay kaşığı kekik, 1 çay kaşığı zahter ve 1 çay kaşığı karabiberi karıştırın. İyice karıştırın ve bir kenara bırakın.

2. **Tavuğu hazırlayın**

   500 gram tavuk göğsünü 2.5 cm'lik küpler halinde kesin. Tavuk parçalarını hazırladığınız Cajun baharatıyla çeşnilendirin, eşit şekilde kaplanana kadar karıştırın.

3. **Makarnayı pişirin**

   Büyük bir tencerede tuzlu suyu fokur fokur kaynatın. 500 gram makarna ekleyin ve ambalaj talimatlarına göre al dente (dişe dirençli) olana kadar pişirin. 1 su bardağı makarna pişirme suyunu ayırın, sonra makarnayı süzün.

4. **Tavuğu kavurun**

   Büyük bir tavada 1 yemek kaşığı yağı parlayana kadar orta-yüksek ateşte ısıtın. Baharatlı tavuğu ekleyin ve ara sıra karıştırarak altın sarısı ve pişene kadar (iç sıcaklık 74°C'ye ulaşana kadar) 6-8 dakika pişirin. Tavuğu bir tabağa alın.

5 **Aromatikleri soteleyin**

Aynı tavaya 1 yemek kaşığı tereyağı ekleyin. 1 adet doğranmış soğan ve 3 diş dövülmüş sarımsak ekleyin, soğan saydam ve kokulu olana kadar 2-3 dakika pişirin.

6 **Sosu hazırlayın**

Tavaya suyuyla birlikte 425 gram doğranmış domates ve 500 ml krema ekleyin. Hafif kaynama noktasına getirin ve ara sıra karıştırarak hafifçe koyulaşana kadar 3-4 dakika pişirin.

7 **Add cream cheese**

Sosa küçük parçalar halinde 60 gram krem peyniri ekleyin. Krem peyniri tamamen eriyene ve sos pürüzsüz ve kremalı olana kadar yaklaşık 2 dakika sürekli karıştırın.

8 **Birleştirin ve bitirin**

Pişmiş tavuğu tavaya geri alın ve süzülmüş makarnayı ekleyin. Makarna sosla iyi kapanana kadar her şeyi 1-2 dakika karıştırın. Sosu gevşetmek için gerekirse ayrılan makarna suyunu ekleyin. Tuz ve karabiberle tatlandırın, sonra hemen servis edin.

Besin Değerleri

520	35g	48g	22g	3g	6g	890mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Tavuğu eşit pişme sağlamak ve bazı parçaların fazla pişerken diğerlerinin çiğ kalmasını önlemek için 2.5 cm'lik eşit parçalara kesin.

Baharatlı tavuğu önce kızartma adımını atlamayın - bu, tavada son sosa derinlik katan lezzetli bir taban oluşturur.

Yanmayı önlemek ve pişirme süreci boyunca eşit ısı dağılımını sağlamak için derin, kalın tabanlı bir tava veya döküm tencere kullanın.

Krem peynirini küçük parçalar halinde ekleyin ve sosun bozulmasını veya topaklanmasını önlemek için nazikçe karıştırın.

Pişme sırasında makarna çok koyu görünüyorsa, istediğiniz kıvama ulaşana kadar her seferinde birkaç yemek kaşığı sıcak tavuk suyu ekleyin.

Sonunda tadını kontrol edin ve çeşnisini ayarlayın - bir tutam tuz, ateş için ekstra kırmızı biber veya tazelik için taze otlar eklemek isteyebilirsiniz.

Sosun hafifçe koyulaşması ve lezzetlerin oturması için servis etmeden önce yemeği 2-3 dakika dinlendirin.

> Zengin, baharatlı yemeğe renk ve taze lezzet kontrası eklemek için taze yeşil soğan, maydanoz veya rendelenmiş Parmesan peyniriyle süsleyin.