

Tavuk Döner (Shawarma)

Geleneksel Türk tavuk döner tarifi Orta Doğu baharatları ile. Kolay fırında şavarma ve yoğurt sosu. Dürüm veya tabak için mükemmel!

10 min

HAZIRLIK

40 min

PIŞIRME

50 min

TOPLAM

4

PORSİYON

Easy

ZORLUK

Malzemeler

- 2 libre tavuk incik
- 2 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı kişniş
- 1 yemek kaşığı kimyon
- 1 yemek kaşığı kakule tozu
- 1 çay kaşığı arnavut biberi
- 1 yemek kaşığı paprika biber
- 2 yemek kaşığı taze limon suyu
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 bardak süzme yoğurt
- 1 marul
- 2 domates
- 1 soğan
- 1 tutam tuz
- 1 tutam karabiber
- 4 ekmek

Yapılışı

1 Marinayı hazırlayın

Büyük bir kasede 2 diş kıyılmış sarımsak, 1 yemek kaşığı öğütülmüş kişniş, 1 yemek kaşığı kimyon tozu, 1 yemek kaşığı kakule, 1 çay kaşığı acı biber, 1 yemek kaşığı dumanlı pul biber, 2 yemek kaşığı limon suyu, 3 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 tutam tuz ve 1 tutam karabiber karıştırın. Pürüzsüz ve iyi karışincaya kadar çırpın.

2 Tavuğu marine edin

2 pound tavuk parçalarını marinaya ekleyin ve her parçanın tamamen kaplanıncaya kadar ellerinizle karıştırın. Kapalı bir kaba veya fermuarlı torbaya aktarın ve en az 2 saat veya 24 saate kadar buzdolabında bekletin.

3 Yoğurt sosunu hazırlayın

Küçük bir kasede 1 su bardağı yoğurdu kalan baharatlarla pürüzsüz olana kadar karıştırın. Örtün ve servis etmeye hazır olana kadar buzdolabında saklayın.

4 Tavuğu pişirin

Fırını 425°F'ye (220°C) ısıtın. Tavuğu marinadan çıkarın ve parçalar arasında boşluk bırakarak pişirme kağıdı serilmiş fırın tepsisine tek sıra halinde dizin.

- 5 Tavuk altın rengini alıp iç sıcaklığı 165°F'ye (74°C) ulaşıncaya kadar 25-30 dakika kızartın. Kenarlar hafif kömürleşmiş ve çıtır olmalı.
- 6 Tavuğu fırından çıkarın ve sularını korumak için 5 dakika dinlendirin. Lif yönünün tersine ince şeritler halinde dilimleyin.
- 7 **Servis için hazırlayın**
4 pide ekmeğini fırında 2-3 dakika ısıtın veya nemli kağıt havluya sarıp yumuşak ve esnek olana kadar 30 saniye mikrodalga fırında ısıtın.
- 8 **Birleştirin ve servis edin**
Her sıcak pideyi dilimlenmiş tavuk, taze marul, domates dilimleri ve soğanla doldurun. Yoğurt sosuyla çiseleyip sıcakken hemen servis edin.

Besin Değerleri

320	28g	12g	18g	2g	6g	450mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

En sulu sonuçlar için but eti kullanın, çünkü pişirme sırasında eti nemli tutan daha fazla yağ ve bağ dokusu içerir.

Marine etmeden önce tavuğu eşit kalınlığa dövn, böylece eşit pişme sağlanır ve baharatlar etin tamamına daha iyi nüfuz eder.

Piştirdikten sonra dinlendirme süresini atlamayın - dilimlemeden önce tavuğu 5-10 dakika dinlendirin ki sular yeniden dağılsın.

Yoğurt sosunu servis etmeden en az bir saat önce yapın ki tatlar kaynaşsın ve karmaşıklık gelişsin.

Servis etmeden önce pide ekmeğinizi veya lavaşınızı ısıtın - nemli kağıt havluya sarıp yumuşak, esnek ekmek için 20-30 saniye mikrodalga fırında ısıtın.

En iyi doku karşıtlığı ve dörümlerde kolay yeme için sebzeleri tutarlı şekilde ince dilimleyin.

Gıda güvenliği için tavuğun aşırı pişirmeden 165°F (74°C) iç sıcaklığa ulaştığından emin olmak için et termometresi kullanın.

Öğün hazırlığı için tüm bileşenleri ayrı saklayın ve optimum dokuları korumak ve yumuşamamayı önlemek için yemeden hemen önce birleştirin.

