

Yunan Tavuk Suvlaki

Yumuşak marine edilmiş tavuk, taze tzatziki ve sıcak pita ekmeği ile otantik Yunan tavuk souvlaki. Adım adım talimatlarla kolay ev yapımı tarif.

45 min

HAZIRLIK

40 min

PIŞIRME

1h 25min

TOPLAM

4

PORSİYON

Easy

ZORLUK



Malzemeler

- 12 tavuk incik
- 4 yemek kaşığı zeytinyağı
- 2 çay kaşığı kuru kekik
- 1 çay kaşığı kuru nane
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı kişniş
- 1 çay kaşığı paprika biber
- 1 çay kaşığı tarçın
- 1 limon
- 4 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Yapılışı

- 1 Marineyi hazırlayın**

Büyük bir kapta 4 yemek kaşığı zeytinyağı, 2 çay kaşığı limon suyu, 4 diş doğranmış sarımsak, 1 çay kaşığı kuru kekik, 1 çay kaşığı tuz, 1 çay kaşığı karabiber, 1 çay kaşığı tatlı kırmızı biber ve 1 çay kaşığı toz kimyon karıştırın. İyi karışana kadar çırpın.
- 2** 12 parça tavuğu 2.5 cm küpler halinde kesin ve marine kasesine ekleyin. Tüm tavuk parçaları eşit şekilde kaplanana kadar karıştırın. Streç filmle örtün ve en az 30 dakika veya 4 saate kadar buzdolabında bekletin.
- 3 Pişirme için hazırlayın**

Tavuğu oda sıcaklığına getirmek için pişirmeden 15 dakika önce buzdolabından çıkarın. Marine edilmiş tavuk parçalarını metal şişlere dizin, eşit pişirme için parçalar arasında küçük boşluklar bırakın.
- 4 Izgarayı ısıtın**

Izgarayı veya ızgara tavaasını orta-yüksek ısıya (200°C) ön ısıtın. Yapışmayı önlemek için ızgara ızgaralarını hafifçe yağlayın.
- 5 Souvlaki'yi pişirin**

Şişleri sıcak ızgaraya yerleştirin ve her tarafı 3-4 dakika, bir kez çevirerek pişirin. Tavuk hafif yanık izleriyle altın kahverengi olana ve iç sıcaklık 74°C'ye ulaşana kadar, toplam yaklaşık 10-12 dakika pişirmeye devam edin.
- 6** Şişleri ızgaradan alın ve etlik suların yeniden dağılması için 3-5 dakika dinlendirin.
- 7 Serve**

Tavuğu şişlerden servis tabağına kaydırın. Sıcak pita ekmeği, tzatziki sosu ve taze sebzelerle sıcakken hemen servis edin.

Besin Değerleri

385	42g	28g	12g	3g	5g	520mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Eşit pişirme sağlamak ve bazı parçaların fazla pişerken diğerlerinin az pişmiş kalmasını önlemek için tavuğu eşit 2.5 cm'lik parçalar halinde kesin.

Tahta şişleri dizmeden önce en az 30 dakika suda bekletin ki ızgarada yanmasınlar.

Sulu sos olmasını önlemek için tzatziki yapmadan önce salatalık çekirdeklerini çıkarın ve rendelenmiş etini 15 dakika tuzlayın.

Uygun kavurma ve ızgara izleri elde etmek için şişleri eklemeyen önce ızgaranızı veya ızgara tavanızı çok sıcak hale getirin.

Pişmiş tavuğu ızgaradan sonra 5 dakika dinlendirin ki etlik sular et boyunca yeniden dağılsın.

Otantik lezzet ve doku için pita ekmeğini doğrudan ızgarada her tarafı 30 saniye ısıtın.

Tzatziki'yi servis etmeden en az 2 saat önce hazırlayın ki lezzetler karışsın ve düzgün gelişsin.

Tzatziki için en az %2 yağ içeriğine sahip Yunan yoğurdu kullanın - az yağlı versiyonlar doğru kremi kıvamı sağlamaz.