

# Tayland usulü, yeşil körili tavuk sote

toplam süre **60 dak.** 15 dak. hazırlık süresi **30 dak.** marine süresi **15 dak.** pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):  
**2.093 kJ / 500 kcal**

Yağ: **26 gr** Protein: **44 gr**  
Karbonhidrat: **22 gr**

## MALZEMELER

2 porsiyon

### Marine edilmiş tavuk:

**300 gr** tavuk göğsü  
**50 ml** [Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu](#)

**1 tatlı kaşığı** yeşil köri ezmesi  
adet yeşil limonun suyu  
ve kabuk rendesi

**0,5 tatlı kaşığı** esmer şeker

### Sebzeler:

**1** soğan  
**150 gr** patlıcan  
**200 gr** kabak  
**100 gr** mantar  
**75 ml** [Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu](#)

**2** kaffir yeşil limon yaprağı  
(tercihe göre -  
dondurulmuş ya da taze)

**1 yemek kaşığı** limon otu (doğranmış ya  
da toz halinde)

**0,5 demet** Tayland fesleğeni  
**100 ml** Hindistan cevizi yağı  
Pişirmek için yağ  
(örneğin, kanola yağı)

**0,5 demet** taze kişniş

## HAZIRLANIŞ

### Adım 1

Tavukları küp küp kesin. Bir kasede Kikkoman Soy Sauce, köri ezmesi, limon suyu, rendesi ve esmer şeker karıştırın. Tavukları marine sosuyla iyice kaplayın. En az 30 dakika bekletin.

### Adım 2

Soğanı ince şeritler halinde kesin. Patlıcanı ve kabağı küp küp doğrayın, mantarları dörde kesin. Yeşillikleri doğrayın.

### Adım 3

Tavada biraz sıvı yağ ısıtın. Soğanı ekleyip 1 dakika soteleyin. Ardından tavukları ekleyin, altın rengi alana kadar kızartın ve tavadan çıkarın.

### Adım 4

Aynı tavada mantarları ekleyip kahverengi olana kadar kızartın. Kabak ve patlıcanı ekleyip yaklaşık 2 dakika soteleyin. Tavuk, Tayland fesleğeni, kaffir yeşil limon yaprakları ve limon otunu ekleyip 1-2 dakika daha soteleyin. Son olarak Kikkoman Soy Sauce ve Hindistan cevizi sütünü ekleyip sıvı hafif buharlaşana kadar karıştırarak pişirin.

### Adım 5

Doğranmış kişnişle süsleyerek servis edin.