

هناكل إيه النهارده: شرائح الدجاج الحارة بالخضروات



الأحد 7 مايو 2017 10:05 م

المقادير

- 1/2 كيلو دجاج مقطع شرائح
- 1 ملعقة كبيرة خل
- 1 فص ثوم مفروم
- 1 ملعقة كبيرة زيت نباتي
- 1 ثمرة بصل مفرومة
- 1 ثمرة فلفل اخضر , شرائح
- 1 ثمرة فلفل احمر , شرائح
- 1 ثمرة طماطم متوسطة مقطعة شرائح
- 1 ليمونة معصورة
- 1 ملعقة كبيرة بصل بودرة
- توابل :
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة صغير فلفل أسود
- 1/2 ملعقة صغيرة زعتر جاف
- 1/2 ملعقة صغيرة روز ماري مطحون
- 1/2 ملعقة صغيرة قرفة مطحونة
- 1/2 ملعقة صغيرة زنجبيل
- شطة (الكمية حسب الرغبة)

طريقة التحضير

في بولة متوسطة الحجم ضعي الخل والليمون والبصل البودرة والثوم والتوابل و قلبي جيدا[]
ضعي الدجاج في الخليط حتى تتشرب من التتبيلة و قليها على الوجه الآخر ثم اتركها لمدة 30 ثانية في درجة حرارة الغرفة[]
سخني الزيت في مقلاة كبيرة الحجم على نار عالية ثم ضعي قطع الدجاج في الزيت و قلبي باستمرار حتى تنضج[]
اضيفي البصل المفروم والفلفل الأخضر والأحمر على قطع الدجاج و قلبي لمدة 3 دقائق[]
اضيف شرائح الطماطم وقلبي لمدة 3 دقائق أخرى[]
قدمي شرائح الدجاج الحارة بالخضروات مع المكرونة أو خبز التورتيللا أو الكريب أو الأرز البسمتي[]