

Mapishi mazuri ya Wali Wa Kukaanga Kwa Kidari Cha Kuku

By SW - Melkisedeck Shine · October 12, 2022

Dondoo za Mapishi na Lishe · Upishi na Maandalizi ya Milo yenye Afya · #Karibu AckySHINE

Vipimo vya Wali:

Mchele - 3 vikombe

*Maji ya kupikia - 5 vikombe

*Kidonge cha supu - 1

Samli - 2 vijiko vya supu

Chumvi kiasi

Hiliki - 3 chembe

Bay leaf - 1

Vipimo Vya Kuku

Kidari (chicken breast) - 1Kilo

Kitunguu - 1

Kitunguu saumu(thomu/galic) - 7 chembe

Pilipili mbichi - 3

Ndimu - 2

Pilipilimanga - 1 kijiko cha chai

Jira/Cummin ya unga - 1 kijiko cha chai

Namna Ya Kutayarisha Na Kupika

Wali:

Osha na roweka mchele kisha weka sufuria katika moto tia samli ipashe moto. Tia hiliki, bay leaf, kaanga, kisha tia mchele ukaange kidogo. Tia maji, chumvi na kidonge cha supu, upike wali kama unavyopika pilau. *Maji kisia kwa kutegemea mchele ulivyo. *Unaweza kutumia supu yoyote badala ya kidonge.

Kuku: