

Mapishi ya Koshari Na Sosi Ya Kuku

By SW - Melkisedeck Shine · August 10, 2022

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

Vipimo Vya Koshari

Mchele - 2 vikombe

Makaroni - 1 kikombe

Dengu za brown - 1 kikombe

Vitunguu vilokatwakatwa (chopped) - 2

Nyanya ziilokatwakatwa (chopped) - 4

Nyanya ya kopo - 1 kijiko cha supu

Kitunguu saumu(thomu/galic) ilosagwa - 1 kijiko cha supu

Pilipili mbichi ilosagwa - 1 kijiko cha chai

Pilipili manga ya unga - 1 kijiko cha chai

Mdalisini kijiti - 1

Bizari ya pilau (cumin seeds) - 1 kijiko cha supu

Hiliki - 2 chembe

Mafuta - 3 vijiko vya supu

Chumvi - kiasi

Vipimo Vya Kuku

Kuku - 3 LB

Kitunguu saumu(thomugalic) na tangawizi - 1 kijiko cha supu

Mtindi (yoghurt) - 1 kijiko cha supu

Pilipili ya masala nyekundu - 1 kijiko cha chai

Bizari upendazo - 1 kijiko cha chai

Ndimu - 1

Vitunguu slesi vilokaangwa - 3

Namna Kutayarisha Kuku

Kata kuku vipande vikubwa kiasi, osha, weka kando achuje maji. Changanya vipimo vya kuku pamoja katika kibakuli. Changanya pamoja na kuku, roweka muda wa kiasi nusu saa au zaidi. Mchome (grill) kuku hadi aive weka kando.

Namna ya Kutayarisha Koshari

Tia mafuta katika sufuria, kaanga vitunguu hadi viive kuwa rangi hudhurungi. Tia thomu ,mdalisini, bizari ya pilau na hiliki kaanga tena kidogo. Tia nyanya, pilipili

zote, nyanya kopo, chumvi changanya vizuri ukaange kidogo. Epuu sosi acha kando. Chemsha dengue pamoja na kidonge cha supu ziive nusu kiini na ibakie supu yake. Muda wa kuchemsha dengue inategemea aina yake. Tia mchele uchanganyike, funika, pika hadi uive vizuri pamoja na dengue Chemsha makaroni hadi yaive , epuu chuja maji. Changanya pamoja wali wa dengue na macaroni. Pakua katika sahani, kisha weka juu yake kuku aliyechemwa, mwagia vitunguu vilokaangwa, kisha mwagia sosi.