



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## HELİSE (ÇATAK VAN)

hakkarim.net

yarım kilo dahn  
2 adet tavuk göğsü  
tuz  
tereyağı  
biber

Dahn yıkanır tavukla beraber tencereye konulur kapak kapatılır ve kaynamaya bırakılır . dahn ve tavuk ezilene kadar pişirilir. piştikten sonra kemik ayıklanır. son olarak servisten önce üzerine tereyağlı biber dökülür. yemeğimiz servise hazırdır.

Not: Yemeğimizde tavşan dana veya koyun etide kullanılabilir.

---