



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAVUK GÖĞSÜ

### Malzemeler

1,5 kg süt  
200 gr. tavukgöğsü  
1.5 bardak şeker  
3 kaşık pirinç unu  
3 kaşık un  
1 kaşık tereyağı  
vanilya  
bir fiske tuz.

### Yapılışı

Tavukgöğsü bol suda iyice haşlanır, suyu dökülür tekrar bol su içine konarak kaynatılır. Etin yağı ve kokusu gidinceye kadar bu işlem tekrarlanır. Diğer yandan 1,5 kg. süt ile şeker ateşte kaynatılır. Pirinç unu ve un bir bardak suda iyice ezilir, kaynayan sütün içine azar azar katılarak karıştırılır. Koyulaşınca ateşin altı kapatılır. Tavukgöğsü çok ince didiklenir. Pişmiş karışımdan bir kepçe üzerine dökerek havaneli ile iyice dövülür. Sonra pişen karışımın içine katılır. İçine 1 kaşık tereyağı, vanilya katılıp hepsi birlikte macun oluncaya kadar çırpılır. Bir tabağa dökülüp, koyulaşınca tarçın ile servis yapılır.