



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

CEVİZLİ MISIR UNLU TAVUK

100 gr tereyağı
1 adet tavuk göğsü
2su bardağı dövülmüş ceviz içi
2su bardağı mısır unu
1 tatlı kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı kırmızı biber

Tavuk üzerine aynı hizada su konulur ve haşlanır. Soğuyunca tavuk tencereden çıkarılır ve didilerek küçük parçalara ayrılır. Mısır unu tereyağında kavrulur tavuk suyu eklenip çırpma teli ile iyice karıştırılır. Sosun kıvamı koyu ama akıcı olmalı. Sarımsak, tuz ve pul biber havanda iyice dövülür, mısır unlu sosa katılır birlikte biraz pişirilir. Ocaktan alınır. Didilen tavuk etleri ilave edilir karıştırılır. Servis tabağına alınır. Tereyağında pulbiber kızdırılmış üzerine gezdirilir. Mısır ekmeği ile yoksa buğday ekmeği ile yenilir.